

Revista Argentina de Biodanza

Primavera de 2016 • N° 7 • \$ 60.-

Es necesario llevar en sí mismo
un caos, para poner en el mundo
una estrella danzante.

Nietzsche

ESCUELA DE BIODANZA CORDOBA IDEHAS TALLER

Directores: Guillermo Retamosa – Ana María Alberti

Inscripciones abiertas - año 2017

FORMACION PROFESORES FACILITADORES DE BIODANZA

EXTENSIONES: Organizadas por UNC - IDEHAS TALLER ESCUELA

Continuamos desarrollando las extensiones

BIODANZA CLINICA 3° y 4° curso

ARTE TERAPIA. LABORATORIO DE CREATIVIDAD 2° y 3° curso

ACTIVIDADES DE TALLER: Organizadas por ESCUELA DE BIODANZA IDEHAS TALLER

“TOTEM EXISTENCIAL” Proceso Personal y Formación

1° Modulo 16 a 18 de setiembre 2016 2° Módulo 20 a 22 de mayo 2017

Didactas: Ana M. Alberti-Guillermo Retamosa-Pablo Cortés

El CAMPO GRUPAL. Curso taller 4 módulos 2017

EXTENSION ARBOL DE LOS DESEOS. 2017

PROYECTO MINOTAURO. 2017 Proceso personal

Fechas de las actividades en la pag. Web



Asociación Civil
Idehas taller
P.J: 158/“A”/02



UNC. Secretaría
Extensión Universitaria
Facultad de Medicina

Escuela de Biodanza Idehas Taller
idehas.biodanzacordoba@gmail.com
0351-153412279
www.idehasbiodanza.com.ar
Extensión Universitaria
extension@fcm.unc.edu.ar
0351-4234035 | www.fcm.unc.edu.ar

Red de facilitadores

Córdoba Capital

Marcia Chretien
marciachretien70@yahoo.com.ar

Pablo Cortés
pc.pablocortes@gmail.com

Analia Barrionuevo
analia_barrionuevo@hotmail.com

María Laura Monjaime
sentiresymas@hotmail.com

María Tacite
tacitemaria@hotmail.com

Griselda Nuñez
griselnu@yahoo.com

Iris Roisen
cordobabiodanza@gmail.com

Lorena Machuca
loremachu@hotmail.com

San Antonio de Arredondo

gachieber@hotmail.com . Graciela Eberhardt

Sta. Rosa de Calamuchita

makunameli@hotmail.com . Mariana Serantes

Villa Los Aromos

grijalbas@hotmail.com . Sandra del Castillo

San Juan

efmc69@hotmail.com . Emilce Merlo Conca

Bahía Blanca

teresarost13@gmail.com . Teresa Rost

Oncativo

Fanny Cittadini
fannymcittadini@hotmail.com

Jujuy

Marcia Baranovsky
mmbaranovsky@gmail.com

Salta

Patricia Colina
colinapatricia@hotmail.com

La Falda

Victoria Rosello
victoriaro@hotmail.com

Gregorio Masman
aguilamano@gmail.com



Biodanza en Red

ESCUELAS DE FORMACIÓN DE PROFESORES

ARECO (Bs. As.) • ROSARIO (Santa Fe) • VALENCIA (España)

- Módulos mensuales durante 3 años
- Talleres de profundización y especialización
- Cursos de Postgrado Internacionales

Directores: Jorge Terrén y Betina Ber
Secretarios: Dario Fatta (Rosario)
 Pablo Terrén (Areco)



info@biodanzaenred.com
 www.biodanzaenred.com
 Facebook: Biodanza en Red
 Tel/Fax: 02326 453862
 Simona Segura 269
 San Antonio de Areco,
 Pcia. de Buenos Aires, Argentina

COMENZA YA!!!

BIODANZA
en Corrientes y Chaco

Laura Del Piano & Cesar Rosental

Grupos Semanales

- ▶ **En Corrientes**
Amugenal
San Lorenzo 635, 1° piso
• Miércoles de 20 a 22.30 hs.
• Jueves de 18 a 20.30 hs.
- ▶ **En Resistencia**
Brazos Abiertos
Saavedra 667
• Martes de 21 a 23 hs.
• Miércoles de 17 a 19:30 hs.

FORMACIÓN PROFESIONAL
 Título avalado por la
 International Biocentric Foundation

*Participar de la Escuela te permite
 recrear y ampliar tu superficie existencial,
 rehabilitarte para Vivir Mejor
 y ser facilitador de VIDA
 para vos y tu entorno*

Un sábado y domingo por mes convivimos
 en un entorno natural, continente nutricio
 que propicia nuestro reaprendizaje afectivo.

Av. Del Timbó 346 -B° Parque Leconte
 Santa Ana de los Guácaras
 Corrientes – Argentina

Directora Didacta:
Laura Del Piano
 379 4684710 - laura@escueladebiodanza.com

www.escueladebiodanza.com



EBiSur®

Escuela de Biodanza del Sur

Directora: ANA MARIA VITALE



**ABIERTA LA INSCRIPCION
NUEVO CICLO 2017 !!**

Para Facilitador de Biodanza, la Escuela EBiSur® en su *Decimo Tercer* año, sigue brindando una preparación idónea, ofreciendo un proceso Teórico/vivencial; Desarrollo Personal y Formación Profesional

La Biodanza vuelve a conectarnos con nuestros impulsos vitales más profundos, con nuestra fuente inagotable de Amor... con nuestro Ser más genuino... allí donde ya no hay divisiones y somos Uno.



Título Internacional otorgado por la I.B.F

Villa Devoto-Buenos Aires-Argentina (011)4571-6424 // 15-5619-9341
anamvitale@uolsinectis.com.ar // e_bi_sur@uolsinectis.com.ar // www.ebisur.blogspot.com



Escuela de Biodanza San Juan

- Grupos semanales de Biodanza
- Grupo semanal de Biodanza para niños
- Talleres de Biodanza para embarazadas
- Talleres para adultos mayores
- Talleres de Biodanza para pareja
- Talleres para equipos de salud en Oncología infantil
- Talleres de Biodanza y conexión creativa
- Talleres de Biodanza en la Naturaleza
- Psicoterapia, Danzaterapia
- Acompañamiento Terapéutico

.....
**FORMACION DE
PROFESORES DE BIODANZA**
INSCRIPCIONES ABIERTAS CICLO 2017
.....

Directora Didacta
LIC. EMILCE MERLO CONCA

Email: efmc69@hotmail.com
Fb: Biodanza San Juan
264-4454282





- Sistema Rolando Toro -



Escuela de BIODANZA de Punilla



Directora:
ESTELA PIPERNO

Profesorado de Biodanza
Ética, Responsabilidad
y Calidez.

**Cursos de Postgrado y
Capacitación Permanente**

Grupos de Biodanza
(Regulares)

- Niños
- Adultos
- Adultos mayores

**Talleres todo el año
y PRÓXIMAMENTE...**

- Formación "EDUCACIÓN BIOCÉNTRICA"
- Formación "PROYECTO MINOTAURO"
- Formación "BIODANZA e I CHING"

Taller de **COMUNICACIÓN EFECTIVA
y BIODANZA ORGANIZACIONAL**

Informes e Inscripción:

Fleming 32 - Villa Carlos Paz - Pcia. de Cba. - Argentina - Teléfono: 03541 15587755 / 03548 15508763

E-mail: centroformacionvida@yahoo.com.ar - Web: www.centroformacionvida.com.ar - www.facebook.com/centro.formacionvida

**La escuela la hacemos entre todos
Ahora sumate vos!!**

2017
Inscripción
abierta

Rosario Norte **biodanza** www.biodanzarosarionorte.com

Es un espacio pleno de naturaleza, en la convivencia del fin de semana, danzamos para integrarnos a través de la expresión de la afectividad. Así... lo que decidimos y hacemos resuena en nuestro corazón... y la vida se pone en movimiento.

Escuela de Formación de Profesores
Directora Alicia Francisca
Prof. Didacta de Biodanza

Ciudadela 2291, Rosario. Tel. 0341 155012538
Fb: Escuela Biodanza Rosario Norte



Vivir

Estrategias para la buena convivencia. Disfrute, alegría, bienestar, trascender el egoísmo.

Ampliar la conciencia en amor

Biodanza - El arte de danzar la vida



Emilse Ines Pola

Clases semanales

LUNES Y MIÉRCOLES 20:00 horas
C.A.B.A. en calle Monroe 2765

JUEVES 19:00 horas.
HAEDO calle Caseros 125

Escuela de Biodanza Oeste

Desarrollo existencial y formación profesional
Un encuentro mensual de sábado y domingo



Tel.: 4659-7082

polaemilseines@gmail.com

www.sistemabiodanza.com.ar

Escuela de Biodanza

ahora en Salta

Vida . Amor . Humanidad

Formación de facilitadores de biodanza

La formación implica: Desarrollo personal y brinda herramientas novedosas para áreas de Salud, Educación, social y artística.



GRUPOS SEMANALES
martes y miércoles

Directora

Lic. Patricia Colina

(0387) 155 053981

biodanzasalta@gmail.com

colinapatricia@hotmail.com

Fb: Biodanza Salta



Manantial

Espacio Biocéntrico

En manantial espacio biocéntrico
podes encontrar los beneficios
de biodanza en Río Cuarto.



- . clases semanales
- . talleres intensivos
- . escuela de formación
- . propuestas para niños, jóvenes y adultos

facilitan los distintos espacios

Silvia Somare
Rosana Daniele
Pablo Galimberti

consulta nuestro blog, buscanos en face, acercate personalmente y serás bienvenido

(0358) 154379468
manantial.eb@gmail.com

Manuel Puebla 1174, Río Cuarto
FB: Manantial Espacio Biocéntrico
www.manantialeb.blogspot.com.ar



Sumario

- La vida como un imperativo cósmico** / Claudia Moena Gaona - 8
- El campo grupal en Biodanza** / Ana María Alberti, Guillermo Retamosa - 9
- Movimiento y lenguaje humano vincular** / Emilse Inés Pola - 12
- Biodanza como forma de resistencia** / Fernando Tort - 14
- El aspecto Yin del masculino** / Gastón Andino - 16
- La obra que ilustra la tapa** / Inés Fitte - 16
- Biodanza y patriarcado** / José Antonio Villalba (Tito Spátola) - 18
- El pensamiento Complejo** / Ana María Romero - 19
- El sujeto en construcción** / Patricia Ghisio / Natalio Pagés - 20
- Espiritualidad y ancestralidad** / Emilce Merlo - 23
- La palabra dentro de la sesión** / Silvia Somaré - 25
- Laboratorio de creatividad** / Betina Ber - 27
- Del Caos a la Creatividad** / Jorge Terrén - 28
- Minotauro: educación y sabiduría** / Juan Carlos Rogna - 29
- Sexualidad, erotismo, amor** / Raúl Terrén y Verónica Toro - 31
- Música que facilita o música que distrae...** / Rosana Daniele - 32
- Educación biocéntrica en el jardín** / Nicolás López Meyer - 33
- 1. 2. 3... ¿danzas de amor?** / Ricardo Klein - 35
- En casa de Familiares / Varios autores** - 37
- A la consciencia** / Valentino Terrén Toro - 39
- Contacto humano, tan deseado y tan temido** / Angeles González - 40
- Biodanz@ divers@** / Marcelo Surano - 42
- Corporeidad vivida y principio de progresividad** / Patricia Colina - 43
- Un proyecto posible: editorial autosustentable** / Claudio Antista - 44
- Relato de vivencias** / Laura Del Piano - 46
- Solo precisamos recordar** / Estela Gariboglio - 47
- ¿Y qué esperas para reunirte con otros profesores de Biodanza?** / Grupo de profesores de Biodanza de Córdoba - 48
- Primer libro sobre Neochamanismo en Biodanza** / Sara Barnatán - 49
- Volar siendo un árbol** / Sylvia Briceño Aranguren - 50
- Acá** / Julieta Mazzilli - 50
- Elogio de la danza** / Carlos Pagés - 51
- La ternura en la intimidad del hogar** / Marina Preiss - 52
- La voz emerge** / Mariela Furman Cauchaner - 53
- Amores y compañías** / Román Mazzilli - 54
- La danza de la vida, otra forma de comunicarme** / Marita Albarracin - 55
- El derecho a ser feliz...** / Orlando Gutiérrez - 56
- Condiciones de la entrega** / Lilian Botaya - 57
- Taller de escritura en el Penal N°1 de Corrientes** / Varios autores - 58
- Guía de Facilitadores y de Clases** - 61

Osados

La primavera se aproxima y con ella algo dentro nuestro se está preparando para salir. Nos da ímpetu, muchos senderos se abren, ¿por dónde seguir? ¿Qué me dice mi corazón? ¿Qué necesita mi alma para desarrollarse y sentirse plena? “Algo en el aire trae nuevos perfumes, flores y frutos que nos despiertan”. Como en la danza de la mariposa, nos entregamos a la transformación de nosotros mismos. Es inevitable porque sentimos que ya es tiempo. Que ha llegado el tiempo de ser felices, de abandonar el invierno, las ropas ajustadas, los abrigos y los viejos sufrimientos. Y... salir volando con una mirada nueva, ver todo desde las alturas, leves y de colores brillantes. Ha llegado el tiempo de seguir sembrando esperanzas e ilusiones. Muchos se preguntan ¿y cómo lo hago? Animándote, con coraje, con perseverancia, con alegría, con entusiasmo. Escuchándote y compartiendo con otros que están en el mismo camino. Sonriendo cada día, perteneciendo al grupo, dejándote guiar por facilitadores y directores. Todos los días hacé algo que te haga bien, que potencie tu felicidad. Y que cuando mires para atrás te sientas orgulloso/a de ti mismo/a. La vida es más simple de lo que creés, bañate en el río de la vida. ¿Que no es fácil, me dicen?... puede ser. Pero es la vida que vale vivir. Es tu oportunidad. Como dice Jorge Terrén “Sean osados pero no imprudentes” Y sean agradecidos (como decían los viejos) porque con salud, amor y trabajo, somos unos afortunados Gracias!

Betina Ber

La vida como un imperativo cósmico

Claudia Moena Gaona

Aún resuena en mis oídos el poema de Rolando Toro que dice “fuimos sembrados en la galaxia”. Se conjuga con otras frases célebres que dicen que “somos hijos de las estrellas”. Lo cierto para mí es que vivimos en un misterio maravilloso. Fuerzas poderosas que sostienen la vida, nos impulsan a generar más vida dentro de la vida, así como tablas sagradas que habitan en el simple acto de vivir y en el milagro de lo cotidiano, como un regalo permanente de creación.

Somos seres multidimensionales y nuestra misión es nuestra vida. Después de siglos estelares y 14.000 millones de años de evolución que hablan por cada una de nuestras células, aún sin tener mucha conciencia de ello, habitamos en la posibilidad y celebramos el maravilloso acto de vivir.

Hoy además de los aportes de Freud al destacar que todos tenemos una memoria biográfica, tenemos los aportes de Jung llegando un poco más allá, evidenciando el Inconsciente Colectivo de la Humanidad, patrones de conductas comunes a nuestra especie, y en general, una cualidad de la vida. Jung intuitivamente avizoró que en el futuro estos modelos arquetípicos tenían que tomar una dimensión corporal y es así como una vez más se nos revela que la vida humana tiene una dimensión trascendente sin precedentes y es que hablar de arquetipos es tomar contacto con esa fuerza guía que nos conduce a vivir las experiencias más trascendentes de nuestra existencia en la tierra, sean estas maravillosas o aterradoras.

Las cosmovisiones de los pueblos del mundo coinciden en la similitud de los mitos de creación, muerte, renacimiento, etc., cargando de valor sagrado el acto de vivir. Sin saberlo buscamos la fusión y encarnamos la madre y el padre que llevamos dentro, buscamos ser héroes o heroínas de nuestro viaje cósmico, surfando las diferentes dimensiones, creando realidades cada vez más complejas en nuestro eterno devenir.

¿Cuáles son los arquetipos personales y culturales que a lo largo de nuestra vida logramos desarrollar plenamente? La desidia cultural nos llama urgentemente a un cambio de Paradigma. Desde la visión arquetípica de la vida el llamado es a desenterrar y resignificar mitos y arquetipos de extraordinaria fuerza expresiva que nos invitan a reverenciar el milagro de vivir. El genio de Rolando Toro A. al darle una dimensión corporal al Mito y su potencia, abrió la caja de pandora. Hoy tenemos un maravilloso camino de investigación fenomenológica para el estudio y rehabilitación de la Identidad a partir de la incorporación de movimientos de vida y gestos eternos, también llamadas “Posiciones generatrices”, nombre que les dio Rolando porque nos invitan vivenciar las fuerzas expresivas de cada gesto generador de vida.

Hoy sé que penetrar en las entrañas de la vida es atrevernos a danzar con vehemencia todo aquellos que nos hace sentir vivos, nuestros sueños, nuestras luces y sombras y sobretodo nuestro Amor, nuestro potencial de vínculo. Fue así como buen día salí de mi letanía y me atreví a ir más allá de mis propias limitaciones personales y culturales: a los 14 años hui de mi casa para no seguir siendo atormentada por el peso



violento de la moral y las buenas costumbres. La Biodanza le devolvió las alas a mis pies y despertó en mí arquetipos de alegría y éxtasis, de amor infinito y placer de vivir. Me reencontré conmigo misma y me envolvieron las lágrimas de redención danzando el triunfo de mi existencia. Deje de sentirme una víctima de mis circunstancias para sentirme feliz de ser la mujer salvaje, nutricia, Pachamama, Chamana, Atenea, Afrodita e inocente que siempre pulso en mi corazón, porque recibir el presente como un regalo y llenarlo de un nuevo significado es entrar en la gracia de vivir.

Me quedo con esa canción que acompañó mi infancia que dice, “Somos los anales que tendrá el futuro, nuestros años son el pasado del cielo” ... Creo en los poetas que un día fueron desterrados de la historia por aportar lo sublime y maravilloso, y que hoy la vida nos cobra con tanta fuerza. Porque la única revolución posible, es la revolución poética, el arte del encuentro, el abrazo y la infinita capacidad de ternura.

En un mundo con ciudades donde imperan arquetipos apocalípticos como de vampiros, frankenstein, zombies, hombre hulk, aliens y todo lo que promueve la industria cinematográfica, despertar el “inconsciente numinoso”, reflejado en la grandeza humana y su ilimitada capacidad de amor, es urgente y necesario.

Cada ronda me aviva la esperanza y la certeza para seguir plasmando nuevos cimientos en la historia de este maravilloso universo, multiverso. La ronda y las danzas que afloran en cada rostro, en cada mirada, en cada gesto, anuncian el milagro de sentirnos inmensamente vivos, que nuestra vida está en nuestras manos, que el ambiente este denso o cálido depende de nuestros actos cotidianos de cuidado y ternura como base biológica del amor. Nunca pasé por la universidad clásica. Vengo de la Mítica Escuela Modelo de Chile junto a Rolando Toro Araneda. Todo lo que se, lo he danzado desde mis entrañas y lo transmito desde el mismo lugar telúrico, mágico y misterioso que le da sentido y plenitud a mi vida. Habito en la certeza en que en cada acto de amor simplemente reciclamos energía cósmica, que no era solo un decir... que el viaje más maravilloso que tenemos es estar conectados de centro a centro con la vida, con la gracia, la armonía y el amor.

El campo grupal en Biodanza

Ana María Alberti - Guillermo Retamosa

La Belleza de la Trama: Los humanos somos seres complejos, constituidos en la unidad bio-psico socio ambiental y cultural, integrantes de la totalidad de lo viviente, cocreadores del universo que habitamos y responsables de su evolución.

Los fenómenos y vicisitudes del contexto social, cambiantes a lo largo del tiempo, inciden en la calidad de vida en aspectos que hacen a la salud, educación, trabajo, e integración social, como también a las relaciones familiares, grupales e institucionales.

Consideramos a esta realidad compleja y cambiante que afrontan las personas en su evolución, la base que constituye el perfil del grupo de Biodanza.

Con el correr del tiempo los grupos que facilitamos muestran perfiles diferentes con necesidades, deseos, potencialidades y dificultades acordes al estado de salud, situación familiar y social, que los integrantes viven en el contexto del que provienen.

Nuestra práctica, en coherencia con la realidad grupal, nos ha conducido a una búsqueda permanente y creativa de recursos para nutrir y ampliar la aplicación de Biodanza en el contexto que vivimos, ya que en el Sistema de Biodanza encontramos la solidez teórica epistemológica y metodológica que habilita, integrando ciencia y arte lo transdisciplinario y un nuevo paradigma coherente con los desarrollos científicos al servicio de las necesidades de la especie humana para su evolución.

En esa búsqueda nos preguntamos como y que constituye el campo grupal, su dinámica y la singularidad del grupo de Biodanza.

El campo grupal se constituye en el aquí y ahora de cada sesión de Biodanza en los momentos vivenciales de la palabra y el danzar generando un campo de tensión dinámica con alto potencial transformador. La vivencia moviliza simultáneamente todos los aspectos del ser en una encrucijada psico-somática, instinto emoción sentimiento, pasado-presente y ser-mundo. En la trama vincular se desenvuelve la interrelación constitutiva entre los miembros, existen fuerzas o tensiones dentro del grupo que generan una dinámica, un movimiento de adaptación creativa permanente. La cualidad de las relaciones vinculares actuará como ecofactor positivo o negativo, determinando la cualidad funcional o disfuncional más o menos saludable del grupo, los efectos que produce en cada uno de los participantes y en el contexto social en que esta inmerso, en una interacción mutuamente modificadora. La canción que nos convoca a la ronda *“La Belleza de la trama: cuando los hilos se tensan mas hermoso es el diseño reflejando los colores del universo”*

Los integrantes del grupo: La calidad de vida de las personas está condicionada por las posibilidades de satisfacer adecuadamente sus necesidades humanas fundamentales. Las necesidades son múltiples e

interdependientes, se interrelacionan e interactúan en forma simultánea, complementándose sinérgicamente, son sistémicas y movilizan satisfactores.

Siguiendo a M. Max Neef en Desarrollo a Escala Humana las necesidades humanas pueden considerarse combinando dos criterios posibles de desagregación: según **Categorías Existenciales** las necesidades de Ser, Tener, Hacer y Estar y según **Categorías Axiológicas:** las necesidades de Subsistencia, Protección, Afecto, Entendimiento, Participación, Ocio, Creación, Identidad, Libertad Transcendencia y otras según los valores de la cultura de las personas que se agrupan.

Las necesidades humana carencia y potencialidad: las carencias se registran en niveles corporales fisiológicos y psicosociales, pero en la medida en que surge el deseo de satisfacerlas son potencialidades, motivan a las personas comprometen y estimulan el protagonismo movilizándolo sus recursos para la concreción de sus deseos.

Las necesidades que las personas esperan satisfacer en los grupos son

Afecto Aceptación Pertenencia Configuración de la Autoimagen Confirmación Participación Protagonismo Comunicación transparente Respeto.

Biodanza como Satisfactor: ofrece una catarata de ecofactores positivos en simultaneidad. La singularidad del grupo de Biodanza consiste esencialmente en la concepción del ser humano como un ser Biocéntrico, que concibe lo sagrado de la vida desarrollando sus potenciales en una matriz grupal Biogeneradora y la metodología vivencial. Lo vivencial habilita la palabra y la acción en un **proceso dialógico de carencia-y potencialidad**, generando un movimiento incesante de desenvolvimiento de capacidades de vivir y concretar deseos sueños proyectos de manera continua y renovada.

“La belleza de la trama deviene de lo complejo, requiere mucha paciencia hacer un tejido nuevo, hay que ponerle coraje, bordar luz y sufrimiento con la fuerza de tus manos y el latido de mi pecho”

Aspectos Metodológicos: El grupo de Biodanza, según lo define R. Toro es Matriz de Renacimiento, centro generador de vida, Biogenerador.

Los seres humanos somos gestados en una matriz biológica durante un tiempo determinado, cumplido el cual se desencadena el parto desde las señales que envía el niño, y nacemos como resultado del protagonismo y esfuerzo compartido madre-hijo.

J. L. Moreno llama al nacimiento “Catarsis de Integración” en el sentido de que se produce por una acción común de profundo esfuerzo, cuyo resultado es la integración de funciones vitales que habilitan a un nuevo nivel de desarrollo.

Amplía el concepto trazando un recorrido en que el recién nacido en su crecimiento va integrándose a distintas matrices: familiar, social, sucesivamente a espacios de de

mayor complejidad que nutren a lo largo de la vida el desenvolvimiento de la identidad.

Este modelo biológico y psicosocial, que los seres humanos experimentamos en nuestra vida, nos guía para pensar en la evolución de las personas y el grupo.

El eje de la tarea como Facilitadores en Biodanza, es facilitar que el Grupo se constituya en Matriz. Cuándo y como un grupo se constituye en matriz, cual es su singularidad? En nuestro criterio cuando ofrece un: **Espacio:** lugar de gestación, un lugar de acontecimientos fundantes, verdadera área de vínculos basados en el amor y la disponibilidad incondicional hacia las personas. Nutricio, que contempla las necesidades evolutivas de los participantes en la programación de las vivencias. Promueve, contiene e impulsa el desarrollo. **Tiempo:** continuidad en el tiempo de vivencia semanal y en la constitución del grupo, permanencia de los participantes necesaria para generar pertenencia y dar lugar a la gestación de un proceso.

El campo grupal se gesta en una coordinada espacio-temporal que se ofrece a los participantes para todas sus vivencias, encuentros y desencuentros. Lugar de aprendizaje para aprehender nuevas formas de vinculación afectiva, resolver conflictos, desaprendiendo comportamientos estereotipados que comprometen la salud y las relaciones. Crea un universo relacional del que los facilitadores somos parte y protagonistas en la construcción colectiva de un espacio de aprendizaje social, de contención amorosa nutricia en la que se desenvuelve el proceso evolutivo personal y grupal en sinergia simultánea.

En Biodanza el tiempo de “gestación” en la matriz grupal es un proceso de transformación en progresión evolutiva que da lugar a sucesivos Renacimientos, nueva y creciente recuperación de salud y Habilitación para la vida.

“Hay que inaugurar talleres donde viva lo diverso, refugios de la esperanza, lugares de nacimiento donde nadie quede afuera de la fiesta y del encuentro”

Instrumentación Metodológica: Relación Facilitador-Participante: interdependiente, compromiso afectivo protagonismo compartido, simetría con distintos roles y distintas responsabilidades. **El Facilitador:** aporta conocimiento científico vivencial “encarnado” a través de la realización y actualización de su proceso personal. En lo afectivo disponibilidad incondicional, aceptación, congruencia.- **El participante:** C. Rogers, “tendencia actualizante”, motivación innata a desarrollar los potenciales, capacidad de direccionar su proceso en una relación empática con el facilitador y los integrantes del grupo entre sí. **Ambos** en interacción dialógica, compromiso compartido, ser protagonistas activos de un proceso de cambio aportando cada uno su saber y posibilidades. Construcción conjunta, grupal de bienestar. **Protagonismo:** Ser protagonista implica reconocer el potencial de cambio, la creatividad innata y la capacidad de desenvolver potenciales latentes para mejorar la calidad de vida

Este reconocimiento guía la tarea del Facilitador y del

Participante.

El Proceso: serie de fenómenos en evolución, que involucran a las personas en totalidad, en sus aspectos biológicos, psicológicos, sociales, espirituales y al grupo en su diversidad. Implica en la unidad de tiempo: Simultaneidad de los sucesos, Multidimensión en los tres niveles constitutivos del ser, personal relacional y ecológico y evolución temporal; la **Progresividad:** en el desarrollo de las sesiones semanales para la gestación de cambios, según los tiempos y posibilidades de los integrantes; la **Direccionalidad:** objetivos de la tarea, construidos conjuntamente entre el facilitador y los participantes del grupo para la evolución del proceso personal y grupal hacia la identidad saludable y la plenitud existencial; el **Clima:** acuerdos sobre las condiciones de la convivencia grupal: comunicación, participación, protagonismo, compromiso, armonía, confianza, cooperación, solidaridad; la **Sistematización y seguimiento estructurado:** elaboración del legajo personal que orientan la tarea, registro del relato de vivencias, seguimiento y lectura del proceso vivencial con las pautas de la metodología de Biodanza.

El seguimiento del proceso individual y grupal es indispensable para evaluar la evolución de cada integrante y del grupo. Orienta la tarea y permite interactuar con otros profesionales cuando Biodanza en clínica complementa otros tratamientos.

Es necesario realizar un **Encuadre de Convivencia Biocéntrica** acordando tiempo, horarios Compromiso conjunto: facilitador-participante en relación a la continuidad para vivenciar proceso que posibilite cambios, se realiza en la entrevista y en la sesión grupal en la fase de relato de vivencias.

El Compromiso grupal: importancia de cada integrante con su presencia o ausencia en la construcción de la matriz grupal, (autoestima y valoración de la identidad)

La entrevista inicial se desarrolla en una conversación espontánea que induce a un conocimiento mutuo y a un primer contacto entre el futuro integrante y el facilitadores o equipo. Se explicita el objetivo de la misma: conocer las necesidades y posibilidades de cada uno para una mayor adecuación de la tarea. se obtienen datos sobre: Filiación (nombre, edad, sexo, residencia, ocupación o profesión, estado de convivencia) Condiciones generales, salud/enfermedad, Grado de satisfacción /insatisfacción de su actual condición de vida (relaciones afectivas, trabajo, proyectos, etc) Cualidades y preferencias que reconoce en si mismo Expectativas de cambio para su vida (cuales son sus deseos) y Preguntas que quiere realizar al facilitador o equipo. Organizamos esta información en Categorías sobre la base de parámetros simples: lo que los integrantes tienen en común y lo que los diferencia, en ambos casos las posibilidades y dificultades

En el seguimiento del proceso grupal, la expresión de bienestar y malestar que se habilita en el relatorio facilitan la



integración y aceptación de las personas y su diversidad.

Etapas en la configuración de la matriz grupal, hay un tiempo que llamamos, de **enamoramiento e idealización**, esto ocurre de manera espontánea y “desaparecen” las diferencias conflictivas. Es un periodo de **integración grupal** resultante del clima afectivo y la comunicación transparente generado por las vivencias creando la **Matriz Grupal** de confianza. Deslumbra a los integrantes la apertura, encuentros afectivos y la comunicación que se produce entre personas que no se conocen previamente.

Los comportamientos, actitudes y reacciones de un miembro y/o subgrupo inciden en los vínculos de los otros y en el conjunto del grupo. En la continuidad del proceso grupal, sobre la base de confianza y afectividad creadas, surgen otros momentos, de **diferenciación y conflicto**. En ese tiempo el clima de aceptación se logra mediante un trabajo constante y progresivo por parte del equipo de facilitadores, generando confianza en la resolución de conflictos a través de la comunicación vivencial en la palabra y al danzar. Implica la maduración de la convivencia Biocéntrica, la resolución de conflictos es un aprendizaje vivencial, se transforma en un instrumento que se traspone a la vida cotidiana perdiendo el miedo a afrontar situaciones adversas. Requiere de un sostén permanente y de un seguimiento minucioso de la evolución del proceso individual y grupal consolidando la Matriz solidaria y cooperativa.

La lectura del proceso nos permite distinguir la tensión dinámica funcional, transformadora de la disfuncional y visualizar las actitudes y mecanismos obstaculizadores de los participantes en la convivencia Biocéntrica generadores de conflictos, para habilitar su resolución. El seguimiento nos permite adecuar la clase vivencial a las necesidades del momento y en el relato de vivencias promover la participación facilitando la comunicación. Afrontamos las diferencias con sinceridad, afecto y respeto desde el

reconocimiento de las dificultades. Aceptando la diversidad estimulamos a construir nuevas formas de relacionamiento en ambos espacios vivenciales verbal y danzar.

Sintetizando los aspectos metodológicos el seguimiento del proceso grupal requiere:

Sistematización y continente estructurado: Tomamos como Referencia La sesión de Biodanza, el encuentro semanal del grupo en sus dos momentos vivenciales: Momento verbal: Momento de Movimiento-Danza El Legajo Personal con las entrevistas y la crónica del relato de vivencias para la estructuración del seguimiento y La Jornada de Integración

Progresividad en la elaboración de la sesión, responsabilidad del Facilitador. Se establece en función del relato de vivencia de los participantes y lectura del vivenciar danzando.

Autorregulación: protagonismo del Participante en relación a sus capacidades y propuesta del Facilitador

Transferencia de lo vivenciado al contexto, a su vida en el espacio social

Retroalimentación con la realidad

Progresividad en el vínculo: Conexión consigo mismo: interioridad - introspección honesta – autoconocimiento - aceptación-autoestima **Conexión con el Otro:** Comunicación-Encuentro-Comunidad-Fusión **Conexión con el Universo** la totalidad de lo viviente trascendencia-percepción ampliada-conciencia ampliada.

“Es hora de ir anudando, de juntarse en el intento desatando aquellos nudos que nos fueron sometiendo. No hay tarea más urgente que tejer junto a mi pueblo las leyes de justicia que nos vayan sosteniendo, hilvanando la utopía con los hilos de sus sueños. Hay que inaugurar talleres donde viva lo diverso, refugios de la esperanza, lugares de nacimiento donde nadie quede afuera de la fiesta y del encuentro. Humberto Pegoraro

Movimiento y lenguaje humano vincular

Emilse Inés Pola

Se denominan cualidades físicas del movimiento a las diferentes características cualitativas innatas o adquiridas que distinguen a los movimientos físicos.

Las cualidades físicas básicas del movimiento son: Velocidad, Agilidad, Resistencia, Fuerza, y la Coordinación.

En Biodanza descubrimos que emociones y gestos denotan estas cualidades físicas y se manifiestan como un modo de ser. Modo de ser capaz de ser afectado bienamente desde la integración motor- emocional- afectiva- trascendente.

En este sistema la palabra se toma un recreo, no se usa por el lapso de una hora y media.

Danzar, es el lenguaje del cuerpo en movimiento ¿cuáles son sus cualidades?

1.- La Velocidad

Es la mayor capacidad de desplazamiento que se tiene en el menor tiempo posible.

En Biodanza se vivencia el ritmo lento rápido y un tiempo de comunicación, emocional con sus dinámicas diferentes según la emoción.

Rapidez, impulso vital, arremetida, juegos, lucha – fuga, limite, parar la velocidad, plantarse, desaceleración, lentitud.

El entrenamiento es a través de la vivencia de integración, el concepto es estar disponible a estas acciones- gestos y reconocer una velocidad orgánica, de autorregulación para aumentar la vitalidad.

Métodos de entrenamiento físico de los tipos de velocidad.

a.- Velocidad de arranque: Consiste en el tiempo mínimo para poner en acción un movimiento y alcanzar la máxima velocidad posible.

b.- Velocidad de translación: Consiste en el mínimo de tiempo posible para realizar un recorrido.

c.- Velocidad de detención: Consiste en el menor tiempo posible para detener un movimiento.

2 - La Agilidad

Es la habilidad de cambiar rápida y efectivamente la dirección de un movimiento ejecutado a velocidad. Para desarrollar la Agilidad es indispensable trabajar la Fluidez, Movilidad Articular y la Flexibilidad Corporal.

En Biodanza la agilidad se expresa en danzas arquetípicas de los animales, especialmente en el Tigre. Danza Impar. Fluidez series y creativas. Extensión armónica, máxima. Danza de la semilla, de la creación, de expansión, de Shiva, etcétera.

Métodos de entrenamiento de la Agilidad, en biodanza está en el sentir un cuerpo liviano, juvenil, capaz de disfrutar el movimiento.

Métodos de entrenamiento físico de la Agilidad.

a.- Insistencia activa: Movimientos efectuados sin ayuda de terceros.

b.- Insistencia pasiva: Actividades y movimientos efectuados con ayuda de terceros.

3.- La Resistencia

Es la capacidad de nuestro cuerpo en soportar el esfuerzo de una actividad prolongada.

Tipos de Resistencia

a.- Resistencia General: Aptitud del corazón y del sistema circulatorio para abastecer de sangre al sistema muscular, más la capacidad de los pulmones y del sistema respiratorio para abastecer de oxígeno a la sangre y liberar de ella los productos de desechos.

b.- Resistencia Muscular: Es la aptitud de los músculos para ejecutar un determinado esfuerzo muchas veces.

En Biodanza vemos que la resistencia es la capacidad de oponer o de contrastar, fuerzas externas manteniendo la propia posición.

Robustez, solidez, capacidad, de sostener esfuerzos físicos, prolongados, y la capacidad de defensa contra el estrés existencial o de agentes patógenos. La capacidad de resiliencia, es estimulada desde el lenguaje del cuerpo.

Descubrir en los vínculos, el sentido y significado de la pertenencia como también valorar, aceptar y disfrutar la diversidad humana.

Control de la energía vital, y el cuidado de la fatiga emocional, desde la base afectiva del amor.

Entrenamiento de Biodanza permite sostener la energía de la VITALIDAD y su cuidado emocional. De esta manera se crean nuevas estrategias para vivir, muchos se inclinan al cuidado cotidiano de su organismo, caminatas o carreras aeróbicas o diferentes deportes, o el arreglo de su jardín, etc. Como también desde su aspecto emocional, baja de la ansiedad, lograr colocar límites a ritmo en pro de la construcción sana, de sus vínculos afectivos.

El sistema Biodanza invita al estímulo aeróbico para el cuidado de su vitalidad, con danzas euforizantes, rítmicas y expansivas.

Puedo dar un ejemplo al Danzar el valor... vivencia inducida con el apoyo de otros ejercicios previos: “Sentir ese gesto corporal de movimiento emocionado significativo (lenguaje) y sostener esa emoción desde los diferentes sistemas, respiratorio- muscular- visceral- psíquico. Brinda un nuevo modo de sentir el propio cuerpo, un lenguaje nuevo para incorporar, accionar, y mover en la propia existencia.

Métodos de entrenamiento físico de la Resistencia.

a.- de la Resistencia General: Trabajos sobre distancias durante mucho tiempo y a igual ritmo.

b.- de la Resistencia Muscular: Trabajos sobre repeticiones de movimientos musculares durante mucho tiempo y a igual ritmo.

4.- La Fuerza

Es la capacidad que tiene el músculo frente a una resistencia física dada en trabajo estático (sin desplazamiento) o dinámico (con desplazamiento)

Tipos de Fuerza.



a.- Fuerza explosiva: Es la capacidad de ejecutar un movimiento rápido de una sola vez (lanzamientos, partidas, saltos, etc.)

b.- Fuerza dinámica: Es la capacidad de ejecutar una serie de repeticiones (carreras rápidas, flexo-extensiones, etc.).

c.- Fuerza estática: Es la capacidad de ejercer fuerza muscular sin movimiento (mantener una posición).

En el Sistema Biodanza la fuerza del movimiento muscular, se denomina POTENCIA. Se diferencia de la fuerza bruta. Potencia es el gesto humano donde la "fuerza" esta refinada desde la conexión consigo mismo, los otros y el ambiente.

Permite tener energía disponible para la acción y su relación con el Control Voluntario (Intención) Realizar el movimiento con un propósito. Brinda una fuerte conciencia de empoderamiento, poder de discernir, autorregular la emoción, y de la estructura corporal con sus huesos, músculos, y articulaciones.

El entrenamiento de la fuerza en Biodanza se da en danzas de sostener el propio cuerpo, en posición cuadrúpeda, bípeda, diferentes equilibrios- desequilibrios, en desplazamientos, giros, saltos, extensiones y flexiones.

Reconocemos los biotipos humanos, donde la genética tiene importancia en el desarrollo de esta capacidad, más se estimula este gesto humano en todos los biotipos, para encauzar la buena autoestima y empoderamiento. (El biotipo *somatotónico* tiene su potencia y fuerza más elevada que los *cerebrotónicos*, o *viscerotónicos*.)

Métodos de entrenamiento físico de la Fuerza.

a.- Método isométrico (sin distancia a recorrer): El trabajo isométrico puede realizarse de dos maneras que a saber son:

Por el intento de levantar cargas mayores de lo que se puede levantar.

Por empujar o traccionar a objetos inmóviles

Por contracción muscular sostenida.

b.- Método isotónico (con distancia a recorrer): Se caracteriza por una alternancia entre contracción y descontracción muscular. En general este método puede realizarse basándose en las repeticiones de los movimientos.

5.- La Coordinación es la unión de todas las demás cualidades físicas VARF

Es el encadenamiento significativo de una conducta neuromuscular.

Tipos de coordinación

a.- Coordinación Gruesa: Son todos aquellos movimientos en los que interactúan varios grupos musculares, varios objetos. (Ej: Lectura del desplazamiento de una pelota para ubicarse delante de la misma y atraparla para pasársela a un compañero).

b.- Coordinación Fina: Son todos aquellos movimientos en

los que actúan pequeños grupos musculares. (Ej: Ojo-pie, Ojo-mano, etc)

Rolando Toro, creador del Sistema, planteó la integración psico-motor-sensibilidad, emoción, afectiva, erótica, trascendente.

La coordinación estática (en reposo , y de pié)

La coordinación dinámica acción simultanea de grupos musculares.

La coordinación rítmica en pareja, caminar con el otro, sintonía, conexión, eutonía son ejercicios y danzas para estimular la empatía, la buena comunicación con el otro.

Métodos de entrenamiento de la Coordinación en el Sistema Biodanza.

Integración motor –efectivo, se propone la comunicación activa sin la palabra con el otro, la música, la danza, y la vivencia de integración.

La coordinación rítmica, para Biodanza es la conexión con la realidad (estar a ritmo para vivir) es la base de iniciar un proceso sincero de conocimiento y aceptación. Integrando el principio de placer y el de realidad.

En forma individual, y con el otro en el mismo momento.

Se abre otra vía de conexión con un estado de entusiasmo y reconocimiento que permite conectarse con una nueva autoestima más actualizada y adulta. Una actitud existencial positiva, desdibujando los complejos, los miedos, la ansiedad y actualizando la función de los vínculos.

En Biodanza se experimenta la complejidad de lo viviente, la trama de esta materia- cuerpo y sus campos sutiles. Co-crear la existencia, con y entre todos. Descubrir la palabra "nosotros" como inclusión.

Experimentar en las clases este nuevo modo de ver... lo que antes pasabas por alto, la vivencia integradora, te hace estar despierto.

Movimiento humano conectado con el movimiento del Universo, todo está siempre moviéndose. Un cuerpo en movimiento... es un SER disponible vinculado, potente , para amar, disfrutar, agradecer y honrar el presente.

Presente como regalo que te da la vida a cada instante.

Biodanza como forma de resistencia

Fernando Tort

1- *“El humanismo consiste en querer cambiar el sistema ideológico sin tocar la institución; el reformismo en cambiar la institución sin tocar el sistema ideológico. La acción revolucionaria se define por el contrario como una conmoción simultánea de la conciencia y de la institución; lo que supone que se ataca a las relaciones de poder allí donde son el instrumento, la armazón, la armadura”. M. Foucault.*

Los filósofos distinguen dos formas de acercarse a lo político en función de dos maneras correlativas de concebir la justicia: distributiva (que sólo toma en cuenta las diferencias de mérito) y equidad (que apunta a la igualdad de oportunidades). Básicamente, son las posturas que sostienen los que conocemos como de ‘derecha’ y de ‘izquierda’. No sólo las diferencias entre ambas parecen, como a diario vemos, irreconciliables, sino que la forma de entenderlas incluso a cada una de ellas por separado resulta pretexto para discusiones fanáticas. Muchos pretenden entonces que lo político no merece mas atención que la que se presta a un circo. La opción, tal como la pensamos en Biodanza, consiste por eso en ofrecer y basarnos en una nueva forma de justicia que apunte, no ya a lo que ocurre fuera nuestro, sino a nuestra progresiva apertura al otro.

En Biodanza consideramos preciso un “re-aprendizaje de las funciones originarias de vida”. Entendemos que nuestros conflictos como individuos no son justamente individuales sino que tienen, hoy, relación directa con una sociedad que se basa y reproduce una cultura contraria a la vida. ¿Cómo caracterizamos esa enfermedad social, y qué tipo de relación tiene ella con la individual?... Mas que algo a debatir, propiamente, esto sería a lo que nos vemos enfrentados, lo queramos o no, a responder a diario. Y prácticamente no hace falta hacer Biodanza para saberlo o, mejor dicho: justo porque Biodanza consiste un sistema que aborda el problema de la relación de nuestros conflictos personales con los de una cultura enferma en forma directa es que recibe tanta simpatía inmediata.

A diferencia del pensamiento utópico del s. 20, sin embargo, que atribuía a la transformación de las relaciones productivas la condición indispensable para el surgimiento del ‘hombre nuevo’, en Biodanza consideramos que un cambio social sólo podría ser verdaderamente eficaz acompañado del individual. ¿Sigue siendo propiamente ‘revolucionaria’ una propuesta, sin embargo, que pone en segundo plano la supresión de la explotación? Y en caso de respuesta afirmativa, ¿qué novedoso tipo de inserción ‘revolucionaria’ habilita?... Estas sí son cuestiones debatibles, que tal vez no hacen al crecimiento personal en forma inmediata pero que, cuando algo en nuestro entorno altera completamente nuestra apuesta por la vida, podría sernos de gran ayuda evitar confundir a toda costa la apuesta biocéntrica con la de un mero coaching.

2- *“No exijan de la política el restablecimiento de los derechos del individuo tales como los define la filosofía. El*

individuo es producto del poder. Lo que hay que hacer es des-individualizar por medio de la multiplicación, el desplazamiento, el ordenamiento en combinaciones diferentes. El grupo no ha de ser un lazo orgánico que una individuos jerarquizados, sino un constante generador de des-individualización”. M. Foucault

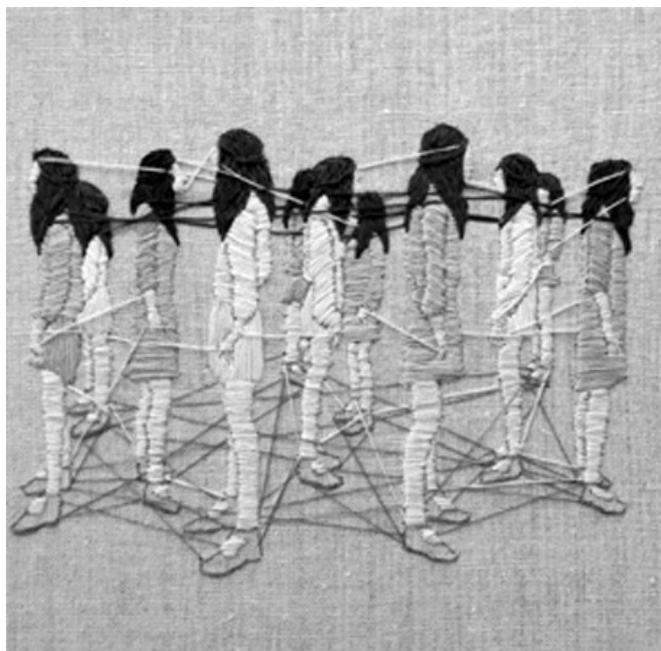
Biodanza genera, concreta y tangiblemente, las condiciones necesarias para una peculiar asociación grupal – eso que cariñosamente nosotros llamamos “tribu” – muy a tono con desarrollos teórico-políticos contemporáneos. ¿Qué tipo de unidad, qué tipo de lazo social crea o propone una asociación, como la nuestra, cuyos miembros - con todas las lógicas limitaciones del caso - se comprometen a hacer de la autenticidad su forma de vida?... Aún cuando, por supuesto, la nuestra no sea una propuesta política estrictamente hablando, ella presenta y representa por sobre todas las cosas la necesidad de hacer - o pretender – una poética del encuentro humano en general. Y la vivencia de dicho calificado encuentro no puede sino perfilarse siempre como a trasluz de una sociedad en la que el encuentro carece por definición de la gratuidad de la poesía teniendo al intercambio como principio.

Contra todo intento de excusar o proteger a las personas de las dificultades propias de la sociabilidad, sin embargo, Biodanza rechaza de manera explícita ese aislacionismo contemplativo tan caro a posturas espirituales que renegaron de lo social sin atender a nada que no fuese un contacto inevitablemente abstracto con la trascendencia. Este delicado equilibrio que nos exige tomar nota, por un lado, de la relación que existe entre nuestra desconexión con la vida y los valores anti-vida que rigen a nuestra sociedad, sin renegar por ello a la vez de la posibilidad de amar y de apostar, incluso, por una sociedad íntegramente regida por principios biocéntricos, no puede recibir otro nombre que ‘resistencia’.

Danzar la vida es resistir: no nos apartamos nunca de la sociedad sino que, conociendo eso que de ella nos aplasta y embrutece, nos esforzamos por evitar esa trampa para permanecer más profundamente dentro aún de lo social, aprendiendo a ser verdaderos con el otro, íntimamente convencidos, como estamos, de que solos y por nuestra cuenta no llegamos a ningún lado. Para quienes queremos danzar la vida, la cuestión ya no es tanto por qué resistir entonces sino, mas bien, cómo no resistir y, sobre todo, cómo seguir resistiendo.

3- *“Es preciso subrayar que no pueden existir relaciones de poder mas que en la medida en que los sujetos sean libres. Si uno de los dos estuviese a disposición del otro completamente y se convirtiese en una cosa suya, no existirían relaciones de poder... Esto quiere decir que en las relaciones de poder existen necesariamente posibilidades de resistencia.” M. Foucault*

Tanto en Física como entre casa, el concepto ‘resistencia’ resulta complementario a l de ‘fuerza’: resistencia sería así la fuerza que se opone o contrarresta otra fuerza de sentido contrario. Nada mas alejadas que las nociones de fuerza y



oposición, no obstante, para calificar una práctica biocéntrica que se pretende no violenta y sobre todo no dualista. Ese concepto negativo de 'resistencia' aplica bien a una práctica armada o incluso de política partidaria, pero nunca a la forma en que, por ejemplo, nos negamos a participar de un hecho discriminatorio o abogamos simplemente por hacer de nuestro trabajo un lugar donde la afectividad esté presente.

Resistir, en nuestro caso, consiste no tanto denunciar o protestar contra la injusticia de un sistema anarco-capitalista a favor de la especulación financiera y las grandes corporaciones, sino en no olvidarnos por ello que somos parte activa de esa 'masa crítica' que capaz, como señaló Rolando Toro, de dar vuelta el marco de situación contemporáneo. Lo bueno del caso es que este sentido afirmativo de resistencia, que en Biodanza consciente o inconscientemente practicamos, es uno de los ejes temáticos de quien se cuenta entre los más influyentes teóricos del s. 20: Michael Foucault.

A Foucault se lo conoce como el filósofo del poder. Sin embargo, él no habla propiamente del poder sino de 'relaciones de poder'. El poder no es algo localizable. Según Foucault, no poseería un lugar desde donde se irradia sin posibilidad alguna de ser resistido, sino que es algo que ocurre siempre en relación y que, como tal, supone inevitablemente la resistencia.

Esta concepción del poder es sumamente novedosa pues rompe con la imagen tradicional del poder represivo que servía de base a los esquemas revolucionarios clásicos y, según Foucault, sobre todo a sus lamentables derivaciones totalitarias. El poder, para Foucault, es productivo: no es el represor de una supuesta esencia humana que debería, en consecuencia, ser liberada, sino que es preciso verlo como un entramado productor de subjetividades. Y en nuestro

tiempo, dice Foucault, ello ocurre porque opera ya no tanto sobre los individuos en sí mismos, sino sobre sus actos.

El concepto con el que Foucault nombró este modo de ejercerse las relaciones de poder, 'biopolítica', tuvo enorme influencia en elaboraciones teóricas contemporáneas nuestras como las de G. Agamben y R. Espósito. El control ejercido sobre la vida en que consiste justamente la biopolítica es, para todos estos autores, la forma refinada que adquieren unas relaciones de poder que no precisan ya recurrir hoy a métodos coercitivos disciplinarios pero que sí nos normalizan con mayor grado de efectividad al haber borrado la distinción entre la vida biológica y la vida política de las personas.

Pero la vida, como bien sabemos quienes estamos dispuestos a danzarla, es justo la desmesura que, por definición, resiste naturalmente todo tipo de control, lo que escapa a cualquier posible anticipación, lo que siempre sorprende porque no acepta clasificaciones tranquilizantes. Comprender que no necesitamos liberarla, sino expresar simplemente al mayor grado su potencia, es la clave para salir de la trampa en la que el control biopolítico nos hace caer, vez tras vez.

4- *"Es sólo en términos de negación que hemos conceptualizado la resistencia. No obstante, tal y como usted la comprende, la resistencia no es únicamente una negación: es proceso de creación. Crear y recrear, transformar la situación, participar activamente en el proceso, eso es resistir". M. Foucault*

Si para Foucault la resistencia no se opone al poder sino que resulta algo que el propio poder supone, es porque el máximo grado de potencia de la resistencia vital no se confunde con algo neutral por fuera de las relaciones de poder, pero tampoco resulta por ello un instrumento al servicio de nuestra pereza. Danzar la vida es iniciar un camino intermedio entre la represión y la opresión donde lo que importa ya no es tanto ser o no funcional a una sociedad enferma, como el poder servir y ser fuente de estímulo a quienes pretendan, como nosotros, aprender a resistir poniendo la vida al centro.

La resistencia biocéntrica consiste, como para Foucault, una manera de entender lo ético desde una perspectiva política. Por supuesto, no toda propuesta ética califica como política: cuando estimula la confianza en un mundo mejor como una creencia ciega permanece inevitablemente dentro de la lógica por la cual las relaciones de poder derivan en relaciones de dominio. Una propuesta ética consiste una forma de resistencia, al contrario, sólo si toma conciencia de que su objetivo, la integración, resulta sistemáticamente boicoteado por una lógica fosilizada de las relaciones humanas habilitada y reproducida, no sólo por las instituciones, sino por todo un entramado social dentro del cual estamos, para bien o para mal, todos involucrados.

El aspecto Yin del masculino

Gastón Andino

Dentro de la concepción de una nueva masculinidad que busca integrar lo “femenino” en los hombres, se la aborda desde una perspectiva Taoísta, el yin según esta visión es lo femenino, lo oscuro, lo instintivo, lo inconsciente, lo receptivo, que se complementa con el Yang, lo masculino, lo luminoso, racional, consciente, aquel que abre camino, que penetra. Es una visión integrada donde uno incluye el otro, (es mas) no existe uno sin (la existencia) del otro. Es la búsqueda de integración de aspectos opuestos y complementarios, es vista como ciclos de vida cósmica en constante movimiento que se expande y se contrae, el día y la noche, la luz y la sombra, lo masculino y lo femenino.

“El sistema en que vivimos potencia el comportamiento yang derivado de la lucha y la competencia, esto es estresante y disminuye la capacidad de sensibilizarnos con la delicadeza, la dulzura, la lentitud.”

Rolando Toro

El hombre es externamente Yang en su cuerpo, en su forma de manejarse con la realidad a través de la racionalidad, objetividad y su pragmatismo. Quedándose muchas veces preso a este estereotipo externo en detrimento de su mundo interno, el Yin que puede ser caracterizado por: sensibilidad, intuición, empatía, humildad, emoción, capacidad de entrega y disolución.

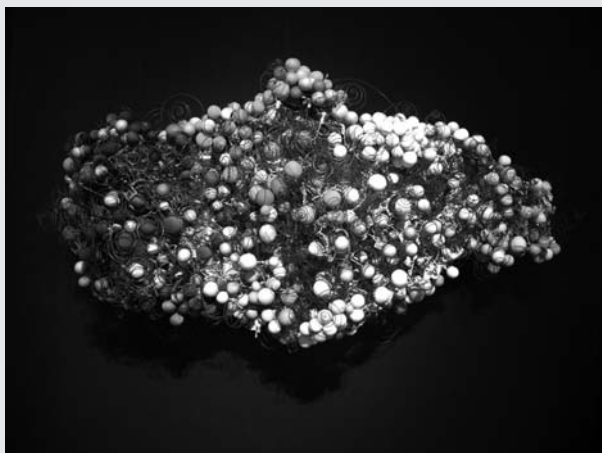
“El hombre es no solo un ser sexual, mas igualmente un ser bisexual, que combina en sí mismo el principio



masculino y femenino en proporciones diferentes, (no es raro) mediante un duro conflicto. El hombre en el cual (que) el principio femenino estuviera completamente ausente sería un ser abstracto, totalmente separado del elemento cósmico. Solamente la unión de estos dos principios es que se constituye un ser humano completo”.

Nicolas Berdyaev

La obra que ilustra la tapa



El arte para mí es un proceso interno, de crecimiento espiritual, sagrado. Cada obra, cada movimiento, cada palabra, cada gesto es una pequeña parte de algo conocido y algo por conocer. Es creación. Lo que estoy dando, es lo que estoy siendo. Lo que estoy manifestando, es lo que estoy siendo. Estoy siendo en relación a otros. Esta obra es la confirmación de que La vida es una obra de arte, y que las energías están entrelazadas que no hay fronteras y que estamos unidos por hilos invisibles, que conectan los acontecimientos, los paisajes, los olores, los colores, los sabores, los sonidos y la trama de relaciones que conforman el tejido de nuestra existencia. Estamos conectados por caminos por el aire, latiendo, embelleciendo expandiéndonos, liberándonos, afectándonos, amándonos, co-creando cósmicamente la vida, ningún movimiento está aislado o separado todo tiene una misma resonancia. La relación con los demás, es una parte muy importante en el proceso de mi singularidad. Aquí y ahora estoy vivenciando. No hay separación en mi manera de significar las cosas y mi obra.

Inés Fitte / Maga Planetaria Blanca

El Yin en el Masculino es mucho más que la mujer interna, es un universo desconocido de sensaciones y emociones que nosotros los hombres tenemos desarrollar e integrar, debemos aprender a convivir saludablemente con estos aspectos yin y no negarlos o proyectarlos en los otros u otras; es reconocer en nosotros los hombres estos aspectos sensibles, emotivos, intuitivos, existenciales de nuestra identidad, es una parte de nuestra totalidad como seres humanos.

Robert Bly uno de los mentores de una nueva masculinidad plantea que el lugar del hombre en la creación es junto a la naturaleza como parte de ella, dice que los hombres deben de conectarse con la parte de su cuerpo que es de la cintura para abajo; es decir con su aspecto yin, vinculado al mundo instintivo, oscuro y misterioso. Que para cultura occidental y cristiana esa parte de nuestro cuerpo llamada de “inferior” la ve como mala, pecaminosa y prohibida; por eso también se nos hace más difícil esa conexión porque nos trae culpa por el tipo de sentimiento que nos puede despertar y también porque son desconocidos para el común de los hombres, estos nuevos sentimientos a los cuales no los puedo controlar y me causan fragilidad en mi identidad masculina.

Si es en el mundo instintivo que se encuentra la llave para el rescate de un hombre natural y es en el contacto con el yin masculino que el hombre tendrá un yang más auténtico, verdadero, real; traducido en un hombre suave, dulce, sensible y potente, viril y corajoso.

Desarrollar la sensibilidad en nosotros significa desarrollar un estado de calma, de receptividad permanente que nos permita sentir lo que la vida me está diciendo para vivir ahora; es la posibilidad de ser un hombre sensible en un mundo también sensible y eterno movimiento de vida.

Un aspecto Yin que también tenemos que integrar es nuestro mundo emocional, que en la cultura patriarcal ha sido dejado de lado y se ha convertido en nuestro Talón de Aquiles es tal la dificultad que tenemos, que muchos hombres no logran a lo largo de su vida es sentir y expresar sus emociones, sus afectos; y algunos no saben reconocer y distinguir un afecto de otro (alexitimia) llegando a un estado confuso que los conduce a “la acción por la acción” desvinculada de cualquier emoción, o lo pueden llevar a tener comportamientos adictivos, como el alcoholismo u otras drogas. Sentir cada momento como único y dejarse tomar por la emoción de ese momento, es uno de los primeros pasos para integrar ese mundo emocional.

Cuando un hombre ha integrado este aspecto Yin de la Identidad logra establecer una relación más saludable con su entorno ya sea con la naturaleza (nuestra Madre Tierra) o con lo femenino, pudiendo relacionarse de manera más sincera y espontánea.

“La génesis de un nuevo modelo de comportamiento está en las manos del hombre actual y solo puede tomar forma en el presente, como expresión de nuestra libertad”.

Ricardo Spreafico

Una de las puertas de entrada a estos aspectos sensibles de la identidad masculina es conectarse con la parte numinosa y no tan desarrollada de los arquetipos masculinos, del cual la mitología nos relatan, de los diferentes aspectos del arquetipo del Guerrero, donde la solidaridad y el compañerismo son fuerzas favorables a la amistad, al amor y a la vida. O trabajar sobre el aspecto protector del arquetipo del Rey, que cuida, protege y orienta a todo su reino; léase a toda su familia, su pueblo y toda la humanidad y con su ejemplo crea un “reino de paz, justicia y libertad”.

También tenemos que rescatar y profundizar otros arquetipos que no son tan desarrollados en este momento actual, arquetipos como el Niño Divino que nos llama a vivir el presente, el aquí y ahora con la inocencia de quien vive algo como si fuera la primera vez, vaciarnos de ideas preconcebidas y vivir la vida como un eterno presente donde todo se transforma. O vivir el arquetipo del Viejo Sabio o Senex que por su experiencia de vida ha logrado hacer procesos alquímicos de transformar la sombra en luz guiado por una fuerza integradora que nace en el corazón, ya que la verdadera sabiduría es esa que viene del corazón. Este arquetipo es también el que inicia a otros hombres al rescate de su masculinidad: más madura, integrada y saludable.

A poster for 'Biodanza en Buzios' featuring a background image of a beach with waves and a white bird in flight. The text is overlaid on the image in white and black boxes.

Biodanza en Buzios

MAYO
AGOSTO
NOVIEMBRE

Próxima Salida **27-11-2016**

FACILITADORA
Graciela Grisanzio
Reg. Sur PBA 0703

+54 11 5185-2207
gragris@yahoo.com.ar
Graciela Rosa Grisanzio

Biodanza y patriarcado

José Antonio Villalba (Tito Spátola)

Transitar por Biodanza me trajo muchas dudas y replanteos acerca de mis propias conductas durante varios años de la vida.

Me divertía y admiraba mucho con un programa cómico, esperaba junto a mi familia para ver un sketch, que hoy me doy cuenta estaban cargados de una misoginia muy grande; frases como: “Hay efectivo”, o charlas de dos varones sentados en un sillón “cosificando” la figura femenina en aquel entonces me divertían. Hoy, muchos años después, y atravesado por la Biodanza, me veo y me pienso en aquel momento y me da tristeza... Pero también alegría al poder ver mi evolución.

Hoy nos encontramos con muchos varones enfrentados a esta cultura del patriarcado que tanto daño hizo al vínculo con nuestras pares y yo me hago responsable de lo que de

pareja interior y luego formar parejas sanas, ecológicas, en una relación de igualdad, sin vínculos de dominación o dependencia. Vínculos interdependientes, como la vivencia maravillosa que es la “Danza de Amor N° 1: Conducta de la pareja estable”. Cada vez que la danzo me doy cuenta de qué paso en mis relaciones no supe dar, o no pude hacer. Independientemente de la acción de mi pareja, yo tengo mi parte de responsabilidad en el fracaso de varias relaciones. Mantener un equilibrio entre “el dar” y “el tomar” es fundamental. Entender y aceptar al otro/a es una lucha diaria para vencer al patriarcado.

Me alegró mucho ver en la marcha convocada por mi amigo Román Mazzilli “#unomásXniunamenos” a varios compañeros biodanzantes acompañados por sus parejas. Esta lucha se repite día a día en cada clase de Biodanza, en cada “Danza de respetar y poner límites: Oposición Armónica”, “Ponerme en el lugar del otro/a”, en cada ronda

de todas las ciudades, países y continentes. En cada clase que nos permitimos disfrutar el encuentro, es un paso que retrocede el patriarcado.

Fueron muchos años danzando, compartiendo, aceptando y aprendiendo para llegar hasta aquí. Habiendo aprendido a ablandar la mirada, a dulcificarla. Ahora sabemos que podemos lastimar mucho con una mirada dura, de juicio e invasiva.

Los piropos, que fueron un baluarte masculino de otras épocas, hoy aprendimos que si no son utilizados en donde hay una relación o un vínculo, más que halagadores son invasivos e irrespetuosos. Comencemos a utilizar el piropo como calificación hacia nuestras parejas, hijas, amigas, colegas, donde el vínculo ya lo habilita.

Las Danzas de Entrega nos ayudan a confiar, a cuidar y dejarnos cuidar sin que ello nos lleve a relaciones dependientes. Una nueva manera de reencontrarnos es posible, creando vínculos sanos, libres e interdependientes.

Biodanza es un laboratorio de vida, por eso mi tarea fuera del aula es cuidar y respetar a mi pareja, proteger a mis hijas y niet@s, respetando su libertad, ayudándoles a florecer y mirando con buenos ojos sus elecciones de vida, aun cuando no esté de acuerdo con ellas. Esa es mi tarea de hoy.

Todavía nos falta mucho por recorrer, pero veo que no estoy solo, que son muchos los compañeros de mi generación que vamos en este camino. Y me alienta ver a los jóvenes varones que vienen con una nueva impronta menos contaminada para el camino de integración. Seguramente serán ellos, o sus hijos o nietos quienes verán la finalización de esta cultura patriarcal, que tanto daño realizó a nuestra humanidad.



aquí en más realice, responsabilizándome de los errores cometidos. Sigo estando alerta, porque en esa cultura patriarcal y machista fui educado. Apartarme y enfrentarla es una tarea diaria.

Nuestras compañeras se reúnen en Círculos de Mujeres, para luchar y liberarse de las ataduras morales, intelectuales y sociales que les impuso el patriarcado por siglos. Nosotros los varones también tratamos de encontrarnos en “Círculos de Varones NO PATRIARCALES”. Cuesta un poco juntarnos, pero ya dimos el primer paso. Nuestra propuesta es diferente a la de las compañeras. La tarea es crear conciencia, debatir, compartir y escuchar, por eso invitamos a mujeres (no patriarcales) a que nos den su punto de vista.

En Biodanza aprendimos que el machismo es una perversión de la masculinidad, una consecuencia del patriarcado. Danzar nuestra energía Yin y Yang, integrándolas, nos da la posibilidad de integrar nuestra

El pensamiento Complejo



Ana María Romero

Conocer la realidad es un desafío y un deseo profundo del hombre.

En la historia de la humanidad, desde los primeros seres humanos, cuando miraban el sol, la luna y los animales buscaban respuestas existenciales.

Entre tanto, cuanto más se conoce a sí mismo, más preguntas surgen y son hechas en diversos campos del conocimiento.

Mucho conocimiento ha sido construido, pero continuamos caminando hacia el horizonte y no hacia el final.

Estamos delante de la complejidad, la cual exige nuevas maneras de entender, nuevos parámetros de pensamiento (Edgard Morin) creando condiciones para una Ciencia de lo Complejo.

Esto requiere un profundo cambio en la forma de pensar, una Revolución de las estructuras del pensamiento y de los valores, en el sentido de un pensamiento que descubre al observador como parte de la realidad estudiada.

Esto supone que sujeto y objeto de conocimiento están integrados en un solo proceso, proceso que sobretodo, está en consonancia con la belleza y el misterio de la vida.

Ya no podemos movernos desde lo interdisciplinario sino desde lo **TRANSDISCIPLINARIO** e **INTEGRATIVO**, donde la ciencias interactúan creando una red de conocimiento que nos devuelven **EL MISTERIO Y LA SACRALIDAD DE LA VIDA**.

Tres principios de la Complejidad

La complejidad no es un tema simplemente abstracto o del desarrollo del pensamiento científico.

Nos hace falta ver que la complejidad esta allí donde ella parece estar ausente, como por ejemplo en la vida cotidiana.

Por eso hay tres principios que nos pueden ayudar a pensar en la complejidad desde lo concreto.

El Principio Dialógico

Nos permite mantener la dualidad en el seno de la unidad: orden y desorden comoparte de una misma realidad.

Principio de Recursividad Organizacional

El ejemplo claro es el del remolino: cada momento del remolino es producido y productor.

Esta idea de recursividad es lo que rompe con la idea de lo lineal.

El Principio Hologramatico

La parte está en el todo pero también el todo está en la parte.

Rolando Toro, desde este nuevo modo de pensar científico, concibe Biodanza:

Biodanza genera una cultura biocentrica, con un nuevo marco ético y ampliación de la conciencia, resignificando valores desde la biología del amor.

Así, posibilita la capacidad de generar nuevos vínculos, relaciones y encuentros más humanos y humanizadores, que nos conectan con la sacralidad de la vida como principio organizador de la existencia personal, colectiva y cultural.



BIODANZA

Un espacio para vos....

Si no es Ahora... Cuando???
Te invitamos a participar

Martes 19.30hs.

Miércoles 17.45hs.



Facilitadora: Betina Galante
Prof. Didacta Biodanza

4862-9474 115-620-0332
betinagalante@yahoo.com.ar
www.biodanzacapital.com.ar

El sujeto en construcción



Patricia Ghisio / Natalio Pagés

No sufrimos de falta de ideas, ellas abundan. Sufrimos de aburrimiento, llevamos siglos sosteniendo las mismas ideas, con mínimas modificaciones.

Annabel Lee Telles

El cuerpo es el resultado de una postura existencial; una suerte de palimpsesto con sucesivas grabaciones y modificaciones. [...] Somos la expresión grotesca de nuestros valores culturales.

Rolando Toro

Ocho apuntes para una subversión de las políticas identitarias.

1. En sus textos sobre identidad humana, Rolando Toro señalaba una paradoja entre fijeza y movilidad que anticipaba, en buena medida, los debates filosóficos contemporáneos. En tanto sujetos, nos reconocemos usualmente como una unidad que persiste a lo largo del tiempo. Sin embargo, quienes somos es el resultado de un proceso de inmersión en el campo relacional y afectivo: nuestras vivencias primarias, nuestra constitución psíquica, nuestra interiorización de las normas sociales. Esta doble entrada posible a lo identitario se mantiene como un debate abierto de las ciencias sociales y uno de los dilemas fundamentales de la cultura contemporánea. La polaridad atraviesa también la práctica de Biodanza: desde nuestros

presupuestos teóricos, nuestras propuestas de movimiento y nuestra elaboración de consignas, hasta la manera en que los participantes de grupo logran simbolizar sus procesos subjetivos. Para nuestro trabajo como facilitadores, es fundamental reflexionar sobre la complejización creciente de los procesos identitarios y establecer un marco común desde el cuál definir y planificar nuestras intervenciones.

2. Desde la instauración global de las políticas neoliberales, el anclaje sólido de la modernidad ha dado paso a una creciente colonización de la vida cotidiana por las fuerzas subjetivantes del mercado. Mediante su noción de liquidez, Bauman (2002) señalaba que las identificaciones típicas del Siglo XX –asociadas a pertenencias institucionales regulares y sostenidas a lo largo de toda una vida (ciudadanía, trabajo, educación formal)– han dado paso a identificaciones fugaces y móviles, adaptables y reemplazables. La centralidad de las instituciones estatales construía amarras identitarias mayormente consistentes que viraron actualmente, junto a la flexibilización y la desregulación, hacia propuestas netamente mercantiles. El complemento cultural de la precarización y la expulsión económica es, por ende, el ofrecimiento constante de numerosos “kits de identidad” (Rolnik, 2005).

3. La adopción fugaz de identidades –como si se tratara de meros cambios de vestimenta– y las estrategias de autopresentación pública –que transforman a los sujetos en pequeños empresarios de sí mismos– no han traído mayores

grados de libertad y autonomía. Por el contrario, como demuestran numerosos estudios de psicología social (Stolkiner, 2001; Quiroga, 2002) la consecuencia más importante de la fugacidad identitaria y la fragilización de los vínculos afectivos es la sensación constante de riesgo, incertidumbre y angustia existencial. Muchas veces, el cambio se encuentra acompañado por una vivencia de extrañeza y amenaza. El miedo más intenso continúa siendo la transformación subjetiva, al igual que en las identificaciones más estables del pasado. La única diferencia actual es que el aumento de la velocidad y la necesidad de ajuste recurren a nuevos requerimientos y patrones desborda la capacidad de adaptación de los sujetos. Como las figuras de identificación se deshacen y rearmen rápidamente —a través de los objetos de consumo, las tecnologías de comunicación virtual y las exigencias del mercado laboral—, la experiencia de extrañeza se interpreta como una falla individual o una falta constante, un desvío o error en la selección del “kit identitario”. Se apela entonces a un nuevo “combo” o “cajita feliz” sugerida por los especialistas de la felicidad sintetizada, esperando mayor aceptación y reconocimiento.

4. Lo que se mantiene intacto, en medio de la liquidez contemporánea, es la exigencia de asumir un anclaje identitario, de encontrar una verdad que manifieste nuestro ser. Parece existir una adicción —tan propiamente moderna— a la identidad. La búsqueda de ser “idéntico a” uno mismo, a nuestra verdad interior, a nuestra esencia. En los relatos de vivencia podemos escuchar recurrentemente el deseo de “volver a ser quien era”, de “recuperar lo perdido”, de “encontrarme con mi verdadero yo”, de “hallar quien soy realmente”. Existe hoy una mayor cantidad de movimientos, adaptaciones e ilusiones identitarias, mayor fragilidad de los procesos de identificación y mayor fugacidad de las narraciones. Sin embargo, no se modifica el tipo de referencia discursiva a la identidad: la búsqueda de coincidencia con uno mismo, la idea de ser iguales a lo que debemos ser, la meta de conquistar nuestra propia naturaleza. Esta vocación depende de una extensa política de la identidad que ha sido implementada durante la modernidad (desde la “tecnología del instinto” de las ciencias positivas hasta la “hipótesis represiva” del psicoanálisis freudiano). La fugacidad e inseguridad vital del presente sólo fragiliza las redes afectivas y volatiliza los mandatos a partir de los cuales se intenta cumplir con esa búsqueda. Sin embargo, y paradójicamente, el cambio abrupto o forzoso de las identificaciones sigue apostando al hallazgo de una verdad esencial e incommovible, sigue apostando a una identidad fijada inmemorialmente, externa a nuestros vínculos y a nuestras prácticas. Más alienados que nunca, definidos por la exterioridad plena de las mercancías, seguimos en la búsqueda de un “yo” que logre cumplimentar las normativas sociales y, al mismo tiempo, nos reconcilie con nuestra propia esencia.

5. Nos referimos, en definitiva, a un principio identitario y

un régimen representacional (Rolnik, 2005) que concibe al sujeto como un misterio a ser resuelto, como una totalidad a ser hallada, como una plenitud latente que se esconde en nuestro interior. Queremos expresar que es necesario, para que nuestra actividad conserve su voluntad transformadora, quebrar activamente con ese modelo de la identidad. Proponemos entonces que la subjetividad debe comprenderse como un proceso práctico, activo y relacional, que depende del devenir de nuestras acciones, de nuestros espacios, de nuestras relaciones, de nuestro universo social y normativo. No buscamos ser cada vez más parecidos a nosotros mismos ni a nuestra “esencia reprimida”. Nuestro objetivo es fracturar las políticas de la identidad y hallar fisuras dentro del tejido cultural hegemónico a través de las cuales gestar prácticas de libertad y construir espacios de creación y producción de nuevas subjetividades junto a otros. Como planteaba Foucault (1991) con claridad: “El problema no es recuperar nuestra identidad ‘perdida’, liberar nuestra naturaleza encarcelada, nuestra verdad profunda; sino que, en lugar de ello, el problema consiste en moverse hacia algo radicalmente distinto, hacia lo Otro. El centro, entonces, parece seguir encontrándose en la frase de Marx: *el hombre produce al hombre*. Todo depende de cómo se la



mire. Para mí, lo que debe producirse no es un hombre idéntico a sí mismo, exactamente como lo habría diseñado la naturaleza o bien de acuerdo a su esencia. Por el contrario, debemos producir algo que todavía no existe, y sobre lo que no podemos saber cómo y qué será”.

6. La concepción constructiva y procesual de la identidad no implica, como quieren hacernos creer los epígonos de la posmodernidad, que la constitución subjetiva deba ser frágil, esquiva, superficial o descomprometida. La fragilidad no es propia de los procesos identitarios, sino, por el contrario, de un tipo de régimen político (material y discursivo) basado en los valores del rédito y la ganancia. La transformación profunda de lo subjetivo no es, por lo tanto, un problema que pueda limitarse al ámbito privado, pues incluso la génesis psíquica depende del ingreso a un tejido intersubjetivo organizado a partir de pautas culturales predominantes. Sólo es posible imaginar y producir nuevas subjetividades mediante una doble transformación de las prácticas y las formas hegemónicas de organización social. La identidad es, por lo tanto, un problema profundamente político.

7. La superación del principio identitario y los preceptos naturalistas no puede limitarse a una revisión teórico-epistemológica. Su deconstrucción instaura, sin embargo, un punto de partida para la organización de prácticas y relaciones renovadoras. La dificultad radica en construir el ámbito propicio para el cambio y la transformación identitaria. Si las máscaras fugaces de la subjetivación contemporánea agudizan la angustia existencial y la búsqueda interminable de una esencia remota, asumir la identidad como un proceso dialógico es el primer paso para producir nuevos grados de consistencia subjetiva. Es posible transitar el extrañamiento de lo nuevo sin sentir una angustia desbordante. La sesión de Biodanza opera, justamente, como un espacio experimental de ruptura de pautas culturales dominantes, conformando un marco de aceptación y sostén grupal a partir del cual nos permitimos, con menor sensación de riesgo, el tránsito de la transformación subjetiva. El clima afectivo brinda resguardo frente a la amenaza de exclusión permanente del mundo contemporáneo y vuelve innecesaria, por ende, la asunción estratégica de identidades pre-moldeadas. Esa primera suspensión de las pautas de interacción hegemónicas (que instauran la sensación de riesgo y el miedo permanente de una exclusión material y social) establecen un grado mayor de movilidad, de prueba, de desbloqueo, de habilitación de múltiples posibilidades para los cursos de acción, de movimiento y de encuentro con los otros. Para subvertir la política de la identidad necesitamos, hoy más que nunca, recuperar la intensidad vivencial, el despliegue de lo sensible, la exaltación de los sentidos, el cuidado y la cercanía afectiva, la creación de un presente mítico en el que todo resulta posible. Si el otro deja de ser un extraño, la otredad en mí también deja de serlo. La potencia afectiva del grupo es la que brinda sostén para superar el desafío de “dejar ir” aquello que creemos que somos, y lanzarnos a

construir lo nuevo, lo desconocido, lo aún inimaginable.

8. Esa apertura del campo de lo posible, que instaura una libertad de movimiento y de producción de prácticas, no implica, sin embargo, ningún tipo de liberación ontológica del sujeto. Tampoco implica, por sí mismo, una transformación: los cambios subjetivos –especialmente su consolidación y sedimentación– dependen de una recursividad práctica y relacional donde se gesten nuevos afectos, símbolos, normas y vivencias. Por esa razón, las nociones de “proceso”, “producción” y “transformación” subjetiva deberían ser ejes fundantes de nuestra práctica. A partir de la fisura en la recursividad de la cultura dominante, nada se libera en nosotros, ninguna naturaleza aflora de nuestros cuerpos, no sobreviene un *laissez-faire* de los impulsos. La fisura instaura la posibilidad de reconducir nuestras prácticas hacia nuevas recursividades, nuevas interacciones y nuevas identidades. Y esa novedad, que sólo conoceremos si la construimos juntos, no es neutral ni originaria: está orientada por el horizonte ético-político de la afectividad.

Bibliografía

- Bauman, Z. (2002): *Modernidad Líquida*. Fondo cultura Económica, Buenos Aires.
- Foucault, M. (1991): *Remarks on Marx: Conversations with Duccio Trombadori*. Semiotext(e), Nueva York.
- Najmanovich, D. (2005): *El Juego de los Vínculos. Subjetividad y Redes: Figuras en mutación*. Biblos, Buenos Aires
- Quiroga, A. (2002): *Las Relaciones entre el Proceso Social y la Subjetividad Hoy*. En Morales Domínguez, J. et al (coord.), “Psicología Social”. Pearson Educación, España.
- Rolnik, S. (2005): *Identidades pret-a-porter*. En Najmanovich, D., “El Juego de los Vínculos. Subjetividad y Redes: Figuras en mutación”. Biblos, Buenos Aires.
- Stolkiner, A. (2001): *Subjetividades de época y prácticas en Salud Mental*. En “Actualidad Psicológica” Año XXVI N°293. Buenos Aires.
- Telles, A. L. (2009): *Política Afectiva*. Fundación La Hendija, Paraná.
- Toro, R. (1983): *El cuerpo, expresión social*. En “Revista Mutantia” N°14. Buenos Aires.
- Toro, R. (1991): *Teoría da Biodanza. Coletânea de textos, Tomo I*. Asociación Latinoamericana de Biodanza, Fortaleza.
- Zaldúa, G. (comp.) (2016): *Intervenciones en Psicología Social Comunitaria*. Teseo, Buenos Aires.

Espiritualidad y ancestralidad

AMTA Paz Argentina
Quiroga Pueblo Nación
Warpe, Abuela Olga
(qoya), Abuela Úrsula,
Abuela Dominga (Qom)



Emilce Merlo

*“La danza es un movimiento profundo que surge de lo más entrañable del Ser Humano. Es movimiento de vida, es ritmo biológico, ritmo del corazón, ritmo de la respiración, impulso de vinculación a la especie, es movimiento de intimidad”.*¹

“Biodanza llegó con su propuesta de comunidad y palpité con mi especie y con mis ancestros aunque ya no estén, que caminaron antes que yo, me uní a la tierra y eché raíces....me empecé a reconstruir”
(Emilce ,14 de julio 2003)”

Podría tratarse de la sacralidad del encuentro con el otro, la tibieza de la ronda de nacimiento, la libertad en el fluir de la danza del agua. Podría ser ...abrir el pecho, la entrega rítmica o la magia de la eutonía...muchos son los puentes que en Biodanza nos llevan a la Rehabilitación Existencial. Para rehabilitarse hay que asumir el proceso, aceptar que el cambio es posible, direccionarlo, despedir modos, actitudes y argumentos que ya no sirven para renacer.

En mi proceso personal la ronda, las posiciones generatrices y el Totem Existencial fueron esos puentes que me permitieron la reparentalización y la retribalización necesarias para el camino de salud. Rescaté la fuerza ancestral, mi espiritualidad, la música, el canto y la posibilidad de crear.

Cuando nuestra Escuela de Biodanza San Juan estaba naciendo pedí autorización a nuestra guía espiritual, Amta Warpe Paz Argentina Quiroga para nombrarla con nombre Warpe: Xiatianen, que en nuestra lengua Warpe es CRECER. Ella autorizó y así fuimos tejiendo un entramado



- Martes de 20 a 22 hs.
- Viernes de 20 a 22 hs.

en Velasco y Dorrego - Chacarita - CABA

Facilitador
Román Mazzilli



cel: 15-6441-4408 campogrupal@gmail.com

que, con cada ciclo nuevo, va dando más frutos.

“En el crepúsculo de nuestra historia humana, al menos seiscientos mil años atrás (cuando el hombre empezó a dominar el fuego) nuestros ancestros bailaban. La danza era una de las más importantes formas de comunicación- con sus pares, la naturaleza, el cosmos, y con la fuerza de vida (Dios). La danza nació como un medio primario de dar sentido y significado a la vida. La danza se convirtió en el eslabón que comunicaba con la fuente última, el medio utilizado para establecer la comunicación arquetípica con el corazón de la realidad. La danza es la primera, más antigua y más perdurable forma de religión”

Para el etnólogo Joachim Wach la danza es un medio de afirmar la cohesión del grupo en su comunión con la naturaleza, con los ancestros y con la fuente de vida. Muchas de las grandes experiencias de la danza prehistórica fueron relacionadas con aspectos de la cacería, el cambio de estaciones, momentos de transición en la vida humana- nacimiento, muerte, ritos de pasaje- y los eventos precarios de la naturaleza –lluvias, tormentas, sequías. La danza era una experiencia de la imaginación creativa, un momento de transformación humana/divina, una conexión témporo /espacial con la fuerza de vida creativa, que miles de años más tarde la religión formal llamó Dios”²

Hemos celebrado danzando el año nuevo, la luna llena, la Pekne Tetá (Pachamama), la primavera, el día de los muertos, el verano. Las abuelas, los niños, los jóvenes volvieron a danzar, rieron, la ronda giró y nos unimos en comunidad a la tierra celebrando la vida y los frutos. Podemos afirmar que en nuestra Escuela hemos crecido en espiritualidad si entendemos a esta como la expresión de la esencia del ser, como el lenguaje entre el hombre y Dios, el hombre y la Divinidad. Hemos compartido nuestra danza de la vida despertando la memoria ancestral, esa que sabe que la danza nos conecta con nuestro corazón, y conecta nuestro corazón, al corazón del cielo y la tierra.

Rolando Toro afirmaba que “la transformación mediante Biodanza no es una mera reformulación de valores, sino una verdadera transculturación, un aprendizaje a nivel afectivo, una vinculación originaria a la especie como totalidad biológica, una modificación límbico-hipotalámica”.³

En cada vivencia, en la coherencia entre música, movimiento y emoción estimulamos al Sistema Límbico, corazón de las emociones, camino que nos une a los instintos, guardianes de la vida y a la sabiduría ancestral.

La espiritualidad es lo que da sentido a nuestra existencia y significado a nuestro camino.

La existencia como legado de los que transitaron antes que nosotros nos invita a ir tras los pasos de nuestros ancestros,



TALLER DE BIODANZA.: COMUNIDAD HUMANA: Masculinidad y Feminidad. Encuentro en el Valle de la Luna-Ischigualasto del 2 al 5 de febrero de 2015-Valle Fértil-San Juan. Emilce Fabiana Merlo Conca, Direct Escuela Biodanza San Juan. XIATIANEN. Argentina.

en mi caso de Axa Warpe, hija de la montaña, hija de Taymentá, nuestro padre Sol y Quillen, nuestra abuela Luna, con nuestra hermana mayor la jarilla y Pekne Tetá nuestra madre, camino cada día, camino cada ciclo, camino en comunidad....danzando.

Hoy poder descubrir entre mis huellas, testigos de mis pasos transitados, que el proceso de retribalización se va desplegando en los grupos que facilito y en la Escuela de Biodanza San Juan Xiatianen creada a los pies de una de nuestras guardianas la Quebrada de Zonda y nuestro vigía guardián de la columna vertebral de América, Aconcagua, me da alegría existencial. Da testimonio que el proceso personal ha quedado imbricado con el grupal y que como Escuela hemos crecido en espiritualidad y ancestralidad.

Gracias Rolando por dejarnos este legado, Biodanzaque es sabiduría ancestral, sabiduría circular, sabiduría de vida.

Gracias Rolando por mostraros el camino.

Gracias a las alumnas de la Escuela, manada de mujeres sabias, hijas de la montaña.

Gracias Guadalupe, por invitarme a escribir desde el corazón.

Gracias Amta por guiarnos y caminar juntas.

TAKIYIGUE!!!

Notas

¹ TORO, Rolando “Curso de Formación y Actualización de Profesores Didactas del Sistema de Biodanza”

² O’ MURCHU, Deimond, “Teología cuántica”

³ Ibidem

⁴ TORO, Rolando

La palabra dentro de la sesión

Silvia Somaré

“No podemos escapar del lenguaje. Ciertamente, los especialistas pueden aislar el idioma y convertirlo en objeto. Mas se trata de un ser artificial arrancado a su mundo original ya que, a diferencia de lo que ocurre con los otros objetos de la ciencia, las palabras no viven fuera de nosotros. Nosotros somos su mundo y ellas el nuestro”

Octavio Paz

Cada sesión de Biodanza está estructurada en tres secciones: un primer momento al que se denomina “relato de vivencias”, seguido por la parte “teórica” en la que cada facilitador expone el objetivo de la clase y, por último, la parte vivencial propiamente dicha. Sin embargo, considero que cada uno de estos momentos son vivenciales o generadores de vivencia y que el lenguaje pulsa en cada uno de los integrantes del grupo a través de la palabra, la que compartimos desde el sentir propio, la que nos llega desde el sentir del otro y desde la invitación del facilitador. Tal como se lo plantea desde la Educación Biocéntrica: “formular palabras vivenciadas es navegar por el flujo de la vida dejándose llevar por corrientes de silencio armónico donde las palabras danzan leales, guiadas por el poder del corazón”.

El relato de vivencia: la palabra vivencial

El relato de vivencia se desarrolla en el primer momento de cada sesión de Biodanza y es ese espacio-tiempo compartido en intimidad y en el que cada integrante del grupo va a tener la oportunidad de contar su sentir sobre lo vivenciado en la sesión anterior e incluso, si siente la necesidad, de compartir algún aspecto de su vida personal. Es un momento en el que se produce una profunda conexión consigo mismo y con el grupo, un momento de entrega y confianza de la persona que habla y de respeto y empatía de las personas que escuchan. El relato de vivencia nos lleva a revivir emocionalmente la vivencia que se comparte en ese momento por lo que deja de ser un “sólo contar lo que me pasó” sino que es una verdadera vivencia que refuerza el proceso personal de cada uno.

En mi experiencia cómo integrante de distintos grupos de Biodanza, he podido experimentar que cada facilitador le da a este momento una modalidad diferente, más allá de que metodológicamente tenga sus pautas establecidas. Por ejemplo, el extenderlo más de lo aconsejado, el introducir temas que no tienen que ver con las vivencias ni con lo personal, el permitir la devolución de los integrantes del grupo a la persona que está haciendo su relato. Si bien la metodología nos da las pautas de como debe ser este momento, siempre está la posibilidad de flexibilizar y, si así lo requiere el grupo, dar permisos para lo no establecido previamente. Sin embargo, claro está, si este modo se instala y se convierte en lo habitual, se desvirtúa un espacio que es esencial para el proceso de los integrantes del grupo.

Uno de los siete poderes de la Biodanza para lograr el

desarrollo de potenciales y la rehabilitación existencial, es el grupo. El grupo entendido como matriz de renacimiento que permite la integración afectiva constituyendo una red de interacciones muy poderosas y es el facilitador quien tiene la responsabilidad de no perder de vista este objetivo. Tal como dice la Profesora Estela Piperno: “Dado que este sistema elige un camino gozoso, con un objetivo trascendente, es importante que el mismo facilitador embelesado en el gozo del presente, no se distraiga del objetivo, y el proceso se desvirtúe pasando a ser “una propuesta de recreación para el tiempo libre”. Manteniendo un trato afectuoso y cordial, el facilitador, tiene que tener la claridad de observar e intervenir cuando lo considere necesario, refocalizando la tarea, por ejemplo, cuando algún participante se extiende en demasía en el relato de vivencias, invitándolo a sintetizar”.

La gran mayoría de las personas que llegan a Biodanza, traen consigo corazas que fueron quedando en cada uno por estar desconectados, desconfiados, lastimados; como dice Virginia Gawel: “Cáscaras, cáscaras, cáscaras... Los humanos somos como nueces: circulamos por la vida enfundados en cáscaras tan gruesas, que si algo o alguien no la parte al medio, la pulpa se apolilla de tanto estar encascarada... ¿Qué siente la pulpa? La tristeza ahogante

BIODANZA

en Bahía Blanca

Para reencontrarse con la alegría y la vitalidad, con el placer y la afectividad generados por la música, el movimiento y el encuentro grupal.

**MARTES de 18.00 a 19.30, en
Salón "Cristal", Darregueira 684
Bahía Blanca**

Facilitador:

Profesor Didacta

Orlando Víctor Gutiérrez



ovgutierrez@hotmail.com

0291 6421 451

www.biodanzaorlando.blogspot.com

de una soledad evitable. Porque hay otra opción: que, prudentemente, sondeando la calidad interna de quienes nos rodean,elijamos a esos poquitos ante quienes descascarnos. Y si no los encontramos en nuestro ámbito inmediato, volvemos tan nómades como sea necesario hasta hallar eso raro y hermoso: un semejante. Alguien que también tenga el valor de brindarse así: amistosamente. Porque “a-migarse” significa compartir la miga del pan “no la cáscara”.

Por ello este momento de la sesión es vivencial aunque muchas veces se pierda de vista esta dimensión, por ello la palabra cobra vida, como dice Rolando Toro: “Este proceso constituye un pasaje de la vivencia a la emoción y de la emoción al sentimiento, porque al relatar su vivencia el alumno asume la experiencia vivida. Este es un proceso de refuerzo de la identidad a través de la expresión de sí mismo dentro de un grupo”

El lenguaje en el abordaje teórico de la sesión:

El sistema de Biodanza tiene un poderoso sustento teórico en el que confluyen innumerables disciplinas, entre otras, la antropología, la psicología, la biología, la sociología y se ha nutrido y se sigue nutriendo de todo aquello que hace a la vida misma.

Recuerdo que durante mi paso por la escuela para recibirme de facilitadora su Directora, Estela Piperno, nos invitaba permanentemente a leer, no sólo los apuntes o libros específicos del profesorado, sino sobre lo más diversos temas para poder nutrarnos y “responder” de una manera consistente a los objetivos de nuestra tarea.

Edgar Morin nos dice que hay una inadecuación que existe entre nuestros conocimientos, que son cada vez más especializados y fragmentados, y los problemas a los que debemos enfrentarnos, que son cada vez más complejos y globales. Se trata del conocimiento como formación humana, de conocer con ciencia y con conciencia para responder desde nuestro ser y desde nuestra profesión.

La propuesta del sistema Biodanza, para quién nunca tuvo la oportunidad de conocerla, puede resultar tan maravillosa como desafiante de las propias creencias, de ahí la relevancia que tiene la manera en que cada facilitador va a acercarse desde su palabra este conocimiento para que cada uno pueda ir incorporándolo progresivamente a su bagaje existencial. Es el momento de la sesión en donde el lenguaje es el camino y también la manera de transitarlo para que no se produzca un sentimiento de rechazo, de impacto o de “choque” con este bagaje existencial y cultural de cada persona.

Me gusta mucho la metáfora que plantea Estela Piperno al asociar “el rol del facilitador al del sembrador” y me gusta aún más pensar en la palabra vivencial como semilla y como tierra fértil al mismo tiempo, en la palabra que lleva vida a la vida, en el conocer que transmite el facilitador con coherencia y consistencia pero fusionándose con amor y respeto, valorizando lo que trae cada persona.

Desde la Educación Biocéntrica, el Profesor César Wagner nos habla de que el proceso de transmitir saberes debe producirse a partir del acto de vivenciar y percibir a las personas y los grupos en sus realidades, es sus posibilidades, sensibilidades y capacidades de interacción, convivencia y aprendizaje.

A partir de mi experiencia personal en grupos regulares de Biodanza, este momento de la sesión me ha llevado a profundizar las vivencias, a descubrirme, a reconocermé, a confrontarme y a emocionarme cuando lo que se ponía en palabras me llevaba a comprender el porqué de muchas cosas de mi vida. También fue muy importante haber tenido facilitadores que han permitido que el grupo se exprese abriendo este espacio para enriquecernos mutuamente.

La consigna: una metáfora que invita a la vida

*Hacer de nuestra vivencia una danza es,
en realidad, ser un poema”
Rolando Toro*

Etimológicamente *invitar* significa: pedir a una persona que participe en un acontecimiento o una celebración

Animar o convencer a una persona para que haga una cosa.

Para mí la consigna es eso: una invitación a entrar en la vida, una metáfora que nos lleva a renacer, a apasionarnos, a fluir, a erotizarnos, a dejarnos ser. Es la palabra que danza con nosotros. Como dice el Profesor Carlos García: “lo que facilita la ruptura con la experiencia y así permite abrirse a lo nuevo, es decir, a vivenciar”.

Cada facilitador, como ser único e irreplicable, al consignar un ejercicio pondrá su esencia en el lenguaje y por eso la misma clase, aún con los mismos ejercicios o danzas pero realizada por diferentes facilitadores, llevará a vivencias muy diferentes. Y claro está que en cada integrante del grupo también, desde su individualidad, esa invitación a danzar producirá efectos distintos.

Invitar y ser invitados, dos dimensiones que entran en comunión, que se conjugan, que pueden llevar a conectarse o no con ese aquí y ahora para la danza profunda del ser.

Personalmente la palabra vivencial me llega mucho más a través del lenguaje poético y no me refiero a la poesía como la concebimos generalmente, como un poema, una prosa. Hablo de sentir que cada invitación hecha de una manera auténtica, sentida, afectuosa, impregnada de amor; me invade y me lleva por un camino distinto al que transito cada día en el cotidiano. Siento que el facilitador, además de ser un sembrador, es un alquimista que a través de sus palabras abre puertas hacia nosotros, hacia los otros, hacia la vida.



Laboratorio de creatividad

Betina Ber

Formación en la Extensión LABORATORIO DE CREATIVIDAD 2017

Una de las joyas que Rolando Toro nos ha dejado para investigar e ir desarrollando es esta extensión.

Es una semilla que queremos sembrar, ver como crece y florece.

Así comienza el apunte que estamos preparando con Jorge Terrén, plasmando un gran camino juntos.

Sus investigaciones en la teoría del Caos y el Azar han dado frutos ya que está incorporado en el modelo teórico de Biodanza.

Será una formación donde exploraremos las múltiples posibilidades que tenemos los seres humanos para crear.

Sabemos que todas las personas son creativas, a veces ese canal de expresión está bloqueado, tapado por mandatos de la infancia o anulado.

A veces está poco explorado o queremos saber más sobre nosotros mismos.

Lo importante es ir a la búsqueda de cuales son tus potenciales y por donde abrir tu camino.

Temario:

1. Genesis de la Creatividad, Teoría del Caos
2. Silencio, no acción
3. Inspiración
4. El ritmo de la Creación
5. El proceso creativo
6. Vías de acceso a la línea de Creatividad
7. Identidad y Creatividad
8. Azar y Determinismo
9. Luz y sombras, la penumbra
10. Arte y entrega
11. Paradoja
12. El tiempo eterno en la creación
13. Potenciales tardíos y arte
14. Arte y libertad
15. Fuego transformador
16. El círculo virtuoso

Serán algunos de los temas que desarrollaremos, con unas ganas infinitas de seguir buceando en la vida.

En la página siguiente, podrán leer un texto de Jorge Terrén con algunas de las bases teóricas de la Extensión.

Del Caos a la Creatividad

Jorge Terrén

El caos es LA CREATIVIDAD DE LA NATURALEZA.

Si queremos que haya emergencia de la novedad en nuestras vidas es necesario sumergirse en el caos. Para ello lo primero es reconocer el problema semántico, esta palabra está cargada de significados peyorativos.

Lo primero es reconocer que el Caos no es sinónimo de desorden, su etimología es APERTURA.

Su opuesto es el CONTROL, que ha venido ganando la batalla hasta hace poco, generando nuestra patología mundial, el EGOCENTRISMO.

Es el EGO quien necesita una explicación completa, quiere un CERRAMIENTO y es intolerable con la incertidumbre.

El paradigma del caos es una gran ilusión, la llegada de la HUMILDAD a la epistemología.

En biodanza la danza del caos es una danza de entrega, de desestructura armónica y nunca una apología del desorden. En ella bailan orden y desorden generando un ámbito de POSIBILIDAD para el ejercicio de fuerzas AUTOORGANIZADORAS que permiten el SALTO EVOLUTIVO en un sistema, es decir la CREACIÓN.

Finalmente Heráclito le gana la partida a Parménides, la estrategia para vivir saludablemente debe avanzar hacia las zonas de desequilibrio, abandonar la falsa seguridad del equilibrio.

En cada uno de nosotros conviven ese mundo REAL con el IMAGINARIO, el logos con el mythos, el mundo de la razón con el de leyendas y cuentos y siempre se vinculan por una zona de PENUMBRA.

Es precisamente el pensamiento complejo que llega para revalorizar el claroscuro, nos impulsa a aventurarnos en un mundo DESCONOCIDO (que no es más que lo conocido en potencia).

Lo que transforma a una persona en un ser egocéntrico es el obsesivo manejo de lo conocido y su olvido de la dimensión del MISTERIO.

La creatividad es el sutil arte de reenmarcar las cosas, el caos ABRE las puertas a la VIDA, que resultó INCIERTA, INESTABLE, CONTINGENTE, AVENTURERA, ENCANTADORA, INEXPLICABLE, MISTERIOSA.

Este nuevo paradigma rescata la SUTILEZA, los Matices, la importancia de los GESTOS. El caos gobierna por el efecto mariposa.

Son esos pequeños gestos que retroalimentados generan lo imposible.

La aparición del caos en el modelo teórico de biodanza (año 1998) produjo el cambio de un modelo antropocéntrico a uno biocéntrico, sin embargo no hablamos mucho del umbral disipativo.

Las ESTRUCTURAS DISIPATIVAS, por las cuales ILYA PRIGOGINE recibió su premio Nóbel en el año 1977, son las otras estructuras de la realidad, aquellas que aparecen en las zonas de desequilibrio y que rescatan la PARADOJA para nuestras vidas, porque su mismo nombre incorpora la

danza de la estabilidad y el cambio, SHIVA Y VISHNÚ se complementan en esta dinámica de sistemas matemáticos NO LINEALES.

El LABORATORIO DE CREATIVIDAD al ser una extensión de biodanza, es un trabajo con uno mismo, volver a nuestro BARRO ORIGINAL para emerger como nuevos seres a través de las múltiples posibilidades del ARTE.

Comparto una poesía:

Un gesto

Qué agradable que algo tan pequeño
despierte en mí lo extraordinario,
pensar que la simpleza y lo primario
hacen conmigo lo que al hogar un leño.
Odio esos días que puedo llamar años
porque la intensidad es la medida del momento
y los momentos construyen esta vida
a veces de vacío insoportablemente lleno.
Lleno de haceres que anestesian
el libre fluir de lo que vale,
que queda a la espera de su amante,
un minúsculo ser, sólo un gesto.
Un gesto de amor te multiplica, te hace sentir
lo que no hiciste y enseguida vuelve
a vos la fuerza que permite el sentido
de tus actos.

Actos de amor que son textura
porque despiertan cientos de acciones
que rebotan en todos los pechos doloridos
curando y devolviendo la utopía.
Me veo generador en ese gesto
me veo comenzar la maravilla
y de repente viene a mí el recuerdo
de mi abuelo o de mi padre con el mismo.
Me sorprende y lo encuentro en una foto
atrás de una multitud una mirada,
escucho un cuento repetido
que tiene esa caricia, esa palmada.
Lo escribe un poeta legendario
producto de siglos de palabras,
ya no me gusta saber que vivo
en un mundo lleno de ellos.
Creí que era único, era solemne
y resulta que cualquiera puede hacerlo,
¿es entonces que no podía recibirlo
y pensaba que nadie me lo daba?

J.T.

Minotauro: educación y sabiduría

Juan Carlos Rogna

Posible introducción para un taller

LOS MITOS

Dicen los hombres dignos de fe que un mito es un relato tradicional que se refiere a acontecimientos prodigiosos, protagonizados por seres sobrenaturales o extraordinarios, tales como dioses, semidioses, héroes, monstruos o personajes fantásticos, los cuales buscan dar una explicación a un hecho o fenómeno.

Siguen diciendo que la mitología es un conjunto de mitos aceptados como verdaderos por una comunidad.

Y que cada mito y el conjunto de ellos son una metáfora gigantesca de significados múltiples, que expresa muchas verdades que no pueden ser dichas en lenguaje directo, sea por insuficiencia del lenguaje o porque perderían su capacidad didáctica y sus muchas resonancias.

Ahora tomo la guitarra y empiezo con mi propia voz.

EL MINOTAURO DE CRETA

En el caso del Minotauro, la historia empieza a ponerse buena cuando un rey no cumple la palabra empeñada frente a un dios. Así dicho es tan directo como el enunciado de los romanos: “pacta sunt servanda” o, lo que es lo mismo, los contratos se hacen para ser cumplidos. O “si no me pagás, te mando al abogado”.

Pero el mito, para significar mucho y ejercer pedagogía, no cae en semejante cosa leguleya. Dice más, aludiendo y eludiendo, para ir más allá. Y el lenguaje cargado de símbolos y derivaciones, permite que el minotauro haya llegado hasta nosotros. Creo que no es solo por lo fantástico del relato, sino porque a cada generación le dejó una enseñanza.

EL CONTEXTO INICIAL

Minotauro significa literalmente “Toro de Minos”. Éste era el rey de Creta, o probablemente el jefe de los muchos reyes simultáneos habidos en esa isla, que en su tiempo (muy anterior a la Grecia Clásica, esa de los filósofos y los templos) fue rica en abundancia de riquezas y contabilidades, en tranquilidad interior y en refinamiento artístico.

Cuenta el Mito que el rey Minos le pidió al dios del mar que le diera una manito en un asunto que necesitaba (hay distintas versiones de en qué consistía la manito y cuál era el asunto, así

que no entraré en precisiones, ni aquí ni en casi ningún punto que no lleve al objetivo). El dios le cumplió, y le dijo que a cambio quería que Minos sacrificara un animal en su homenaje y gratitud. Minos dijo que sí, cómo no. Entonces el dios hizo nacer del mar un toro de belleza inusual para que el rey se lo ofreciera en sacrificio.

Pero Minos quedó encantado con el bicho, semejante porte y brillo, pura mirada y figura. Y lo mezcló con el resto de su rebaño, agarró uno medio parecido y lo pasó a cuchillo diciendo “es para Poseidón, que lo mira por tevé”.

Poseidón, llamado Neptuno por los romanos, supo de la sustitución (propriadamente como si lo viera por tevé) y montó en cólera.

Séparse que un dios enojado es capaz de cualquier barbaridad.

LOS CUERNOS DEL REY

Y Poseidón tramó que el rey Minos tuviera cuernos de varios y curiosos modos.

Para empezar, hizo que Pasífae, la esposa de Minos, se enamorara perdidamente del toro aquel. A punto tal de desear de modo imperioso y urgente “yacer” con el toro (lo cual es claramente una metáfora, puesto que los toros fornican de pié mientras la vaca mira pasar el tren).

La reina habló con el ingeniero de su marido y le dijo: “Mirá, Dédalo, vos que sos bastante ingenioso, resolveme la situación, no sé si se entiende lo que te quiero explicar”.

Dédalo entendió. Fabricó una estructura de madera con forma de vaca, la revistió con un cuero y le indicó a Pasífae cómo ponerse dentro para satisfacer su deseo.

Capaz que todo el aparato (o sea la vaca falsa y la reina legítima) fue dejado como al descuido cerca del toro, o algo así. Y el toro se rindió ante esos encantos truchos. Y quedó probado que la reina tenía una enorme... capacidad amoratoria.

Esos fueron los primeros cuernos de Minos.

Los segundos, más evidentes en sí mismos y buchones en cuanto evidenciaban los cuernos primeros, tiene su raíz en un hecho que hoy es de conocimiento público: la mayor calentura coincide con la ovulación.

Y la reina quedó embarazada y el fruto de esa relación interespecie fue un bebé con cuerpo humano y cabecita de ternero. Hermoso a su manera.

Cuando el rey Minos vio al hijo que su mujer le adjudicaba, algo empezó a sospechar. Pero como a él también el toro le resultaba simpático, y después de todo ese tenerito era hijo de ese torazo... en fin, que se hizo cargo.



EL LABERINTO

Para que la gente no murmure tanto y a los gritos, cuando el ternero empezó a mostrar indicios de cuernos, llamó el ingeniero del palacio y le dijo: “Mirá, Dédalo, resolveme el problema del mejor modo”.

Y Dédalo, con ayuda de su hijo Ícaro, construyó un laberinto.

Y el Minotauro fue depositado allí, condenado a la soledad y a vagar en esos pasillos interminables que no llevaban a ninguna parte.

EL TRIBUTO

Y acá el mito (inventado por los atenienses, que para armarlo a su gusto saltaron mil años de historia, pero eso es materia de otro cuento) toma otro vuelo: quizá porque se había vuelto caníbal, quizá para darle algunos juguetes a su hijo, el rey Minos aprovechó la volada de haberle ganado alguna batalla a Atenas y exigió el pago de un tributo periódico, consistente en siete muchachos y siete chicas, todos jóvenes y de probada virginidad (?), que eran abandonados en el laberinto.

Hasta que en un contingente de mancebos llega Teseo, dispuesto a matar al Minotauro para librar a Atenas de la pesadilla. Parece que estaba bueno el Teseo porque Ariadna, la hija legítima del rey Minos, se enamora rápidamente de él (familia de mujeres decididas, parece) y le da una espada para que lo mate a *ése*, que después de todo es un bruto. Restaba el cómo salir del laberinto. Vuelta a llamar al ingeniero Dédalo. El tipo le da un piolín larguísimo y las instrucciones para su uso: “Que Teseo ate una punta apenas entre, ahí nomás cerca de la puerta, y lo vaya desenrollando a medida que avance; cuando encuentre al Minotauro, lo mata y se vuelve siguiendo al piolín. Más fácil no se puede”.

Y así fue que Teseo entró, encontró, mató, salió y se llevó a la Ariadna en ancas de un barco.

Este es el mito, contado a mi manera. Ese es otro valor de un mito: admite ser relatado de diversas formas, adecuándose al contexto y al narrador.

LA EDUCACIÓN FORASTERA

Por esas vueltas en las bibliotecas, encontré una interpretación del mito, hecha por un historiador con Chapa de Academia y publicado por una Editorial Seria. Frente a semejantes cucardas no me atrevo a decir su nombre, ni siquiera cómo le decían en la casa cuando era chico.

Es el único que hace la interpretación que paso a relatar (y a quizá reinventar, puesto que me parece otro mito, aunque de menor calidad).

Dice este hombre que cuando Atenas estaba en pañales, en Creta existía la civilización más avanzada en varias leguas a la redonda. Con visión de futuro, los cretenses inventaron todo el cuento del Minotauro y la ofrenda cruel para obtener catorce atenienses jóvenes, en condiciones de ser modelados según sus refinamientos y saberes.

Esos jóvenes eran alojados en el enorme palacio de Cnosos, que contenía infinitos pasillos, patios y habitaciones para diversos usos públicos, privados y sagrados, y era habitado por muchísimas personas. Como después los castillos, como ahora

las ciudades.

Luego de un tiempo esos jóvenes, ya transformados por el ejercicio de la alfarería, la pintura en murales, el comercio y la contabilidad, y pulidos por los refinamientos cortesanos, volvían a Atenas como extranjeros, tan cambiados que nadie los reconocía. Se instalaban como comerciantes o artesanos en esa ciudad de cruce de naciones y culturas, y derramaban lo que habían aprendido.

Y así fue como Creta creó a Atenas.

Esta versión del Mito, tan pedestre que carece del vuelo que le otorga el original de los griegos, tiene también sus resonancias: refleja el pensamiento del Modernismo, entre el Renacimiento y el siglo veinte.

Según esa concepción euro céntrica, muy difundida por estos pagos, la buena cultura es la que viene de afuera, el buen arte es el que se ejerce allá, la buena vida es aquella. Lo importado es mejor.

Y la educación se impone.

No comparto esta visión política. Me gusta más la vuelta de tuerca que le dio Rolando Toro.

EL MINOTAURO DE ROLANDO

Sobre la base del mito, y con más seriedad que el historiador eludido, Rolando Toro dio vuelta algunos significados y elaboró su propio relato de múltiples resonancias.

El Minotauro, para Rolando, no es un monstruo: es un salvador.

El Minotauro que creó Rolando, *ése* que vamos a encontrar hoy, está en algún lugar de un laberinto al que es muy difícil entrar, pero si tomamos coraje podemos hacerlo. Nuestro Minotauro no tiene cuernos ni pezuñas: **nuestro** Minotauro es nuestro mejor instinto, *ése* que nos indicará el rumbo a la salida y nos irá enseñando algo en el camino.

El laberinto es nuestra propia vida, que a veces se enreda.

Un laberinto existencial que, en el cuerpo, nos recorre las circunvoluciones del cerebro pensante, cruza por la selva exuberante de las emociones y se interna bien al centro de nuestro cerebro más primitivo, ese que nos viene de nuestros ancestros reptiles y es el palacio de los instintos.

Es nuestra parte más profunda y menos usada del cerebro, porque la cultura acumulada, el modo de vida utilitario y el exceso de razonamiento lo reprimen. A tal punto que, a veces, le damos más importancia al silogismo que a escapar de un incendio.

El Minotauro que logró crear Rolando, desde sus experiencias juveniles re-jevis hasta los jardines de ternura que ahora conocemos, es un misterio amable y generoso, es esa fuerza desconocida que hace que saquemos la mano del fuego, el pie de la ciénaga, el cuerpo del piano que cae.

Con este Minotauro Sabio nos vamos a encontrar. Sabio porque viene salvando vidas desde mucho antes de la invención del pensamiento.

Y con este grupo, rico en refinamientos amorosos, nos vamos a ayudar a entrar cada cual a su propio laberinto, a encontrar la sabiduría en nuestras propias y remotas profundidades, a salir de la mano de algún instinto que vive en nosotros y quiere verse iluminado.

Sexualidad - Erotismo - Amor

Raúl Terrén & Verónica Toro

Curso de especialización para Facilitadores de Biodanza

en Dique Luján. Buenos Aires, Argentina
22, 23, 24, 25 de septiembre de 2016

El propósito de este taller es incorporar las mejores estrategias para trabajar con seguridad la sexualidad y el erotismo, en grupos semanales y en talleres vivenciales.



VIVENCIAS PRÁCTICAS:

- Danzas esenciales de la línea de Sexualidad, como conocimiento básico.
- Danzas, ejercicios y músicas aportados por Verónica y Raúl.
- Cómo mejorar las consignas y las demostraciones para activar el Eros.
- Secuencias especiales para despertar el erotismo en las clases semanales, tanto en grupos nuevos como en grupos de profundización.
- Cómo organizar talleres con abordajes diferenciados en la línea de Sexualidad. Ejemplos: Deseo, seducción, amor; El coraje de amar; El Erotismo esencial; Eros y la relación de pareja.
- Relación de la Sexualidad con las otras líneas de vivencia.
- La Alquimia de los cuatro elementos en la línea de Sexualidad.
- Arquetipos fundamentales y sus danzas: Afrodita, Dioniso, Demeter, Eros. Parejas arquetípicas: Eros y Psique, Dioniso y Ariadna, Isis y Osiris.

VIVENCIAS TEÓRICAS:

La pasión erótica y el amor: Desde el Eros griego en la filosofía platónica hasta el amor cortés y el romanticismo, han sido siempre el eje de lo que ocurre en el mundo.

Desafíos de la Identidad:

Poliamor, pansexualidad, género fluido, transgénero, transexualidad. ¿Estamos los facilitadores de Biodanza preparados para esta realidad? La vida erótica y sexual de las personas requiere de nuestra reflexión y apertura para dar lugar a todas las manifestaciones del amor.

Textos de Raúl y Verónica:

Ensayos escritos a partir de nuestra experiencia, estudio y reflexión sobre estos temas.

Libros de referencia:

El Banquete de Platón; Safo de Lesbos; La llama doble- amor y erotismo de Octavio Paz; La más bella historia del amor de Dominique Simonnet; El amor y occidente de Denis de Rougemont; La metafísica del sexo de Julius Évola; La agonía del Eros de Byung-Chul Han.

Como facilitadores de Biodanza podríamos afirmar que las danzas y los ejercicios de la línea de Sexualidad son, al mismo tiempo, nuestra varita mágica y nuestro talón de Aquiles.

Muchos facilitadores sienten dificultades a la hora de trabajar esta línea. Surge un temor a las eventuales reacciones que pueda producir la estimulación del instinto sexual en todos sus matices. La inseguridad en trabajar la sexualidad con toda la potencia que Biodanza nos permite es lo que llamamos el talón de Aquiles del facilitador.

Tal vez, la sexualidad en Biodanza sea la energía más transformadora, la clave para despertar la fuerza y la inteligencia de la vida. La capacidad extraordinaria que poseen los ejercicios de esta línea para estimular con tanta facilidad la energía vital, el placer y la alegría, es lo que llamamos nuestra varita mágica.

Todos necesitamos de emociones placenteras y de momentos orgiásticos, como los que acontecen con una buena sexualidad. Pero deseamos también sentimientos de plenitud, capacidad de intimidad, sueños compartidos, sabor de éxtasis. Todo este racimo de vivencias plenas son fruto del amor.

Hablar del amor dentro de la sexualidad en Biodanza es un desafío delicadamente maravilloso. Las danzas de amor de Rolando Toro, incluidas sabiamente en la línea de sexualidad, testimonian esta necesidad de abrazar el amor cuando se trabaja la sexualidad.

El Erotismo es la gran clave para unir sexualidad y amor. Es la puerta que nos vincula con la percepción clara de nuestro deseo, de nuestra orientación y nuestras preferencias. Los ejercicios de eros indiferenciado nos permiten descubrir qué tipo de personas estimulan mi deseo, de esta manera se abren las puertas al placer sexual y a las relaciones nutricias, disfrutables y duraderas.

El sexo nos hermana a los animales, el amor nos acerca a los dioses; la gran estrategia humana es el Erotismo. Las vivencias de erotismo despiertan la conexión, la disponibilidad, la sensualidad y el placer, para alcanzar la pasión y el enamoramiento.

Para desarrollar muy bien el trabajo de la línea de Sexualidad es necesario comprender su relación con la Vitalidad (potencia del instinto), con la Creatividad (expresión del deseo y seducción), con la Afectividad (capacidad de empatía), y con la Trascendencia (entrega y abandono del ego).

Raúl Terrén y Verónica Toro

www.terrentoro.com

CONTACTO: Hannah Szmukler

Secretaría Escuela de Biodanza de Buenos Aires

Martes y jueves 10 a 13hs | formacion@terrentoro.com

+54 9 11 50956450

Música que facilita o música que distrae...



Rosana Daniele

Sutilezas que suman en la formación de facilitadores de biodanza

"... una música, unida a determinado ejercicio, producirá en cada miembro del grupo, vivencias afines, aunque de distinta intensidad y matiz, de acuerdo a los grados de represión y sensibilidad..." Rolando Toro A.

Si bien todos conocemos el valor implícito que tiene la música en cualquier ámbito de la vida, para los facilitadores de biodanza este lenguaje artístico posee un valor agregado: ser uno de los "poderes" del sistema.

Después de haber dado varias veces la maratona "Semántica Musical" descubro que hay algunas consideraciones que pueden sumar a la reflexión de las personas que inician el cursado de las metodologías y a los facilitadores en general pues siempre nos viene bien rumear distintas aristas de nuestra profesión.

El lenguaje musical al ser una rama del arte temporal (necesito un tiempo de escucha para percibir el contenido de la obra) requiere la valorización del paso necesario a dar por cualquier espectador: **pasar del oír al escuchar**. Pasar del solo percibir los sonidos a poder descubrir cada sutileza de la forma (esquema) y la textura (trama) de la obra que vamos a utilizar es un desafío, por ejemplo. Esto se modifica a lo largo de la historia de los movimientos artísticos y agrega mayor complejidad de análisis.

La persona que escucha incorpora (pone en el cuerpo) el analizar, el descubrir, el elegir, el diferenciar, el tomar, el descartar... posibilidades que abren nuestra percepción no solo para elegir la obra adecuada sino para vivir sin dependencia del sistema de consumo.

Los baches dejado por la educación artística (30 años recorriendo aulas como profesora de música) en todos los niveles formativos hace que si no te lo propusiste como tarea extra los que no vienen del campo del arte se encuentran con

varias dificultades.

Poder reconocer el tiempo de una obra (saber si es binario o ternario) diferenciarlo del tempo (velocidad del tiempo: rápido, moderado o lento) y a su vez de las células rítmicas base de cada género musical nos habilita a propiciar una mejor selección de obras que lleven a la integración rítmica o melódica del participante de un grupo.

Afinar el oído para diferenciar particularidades del ritmo, de la melodía o la armonía permite la asociación posterior a otras categorías de análisis como descubrir la vinculación con cada elemento de la naturaleza o con los animales, las categorías de movimiento o los arquetipos.

Las músicas de catálogos nos garantizan que algunas personas las han estudiado y nos han aportado el tiempo necesario para garantizar la potencia en la tríada **Movimiento-Música-Vivencia** pues deflagra emoción, evita la disociación. El gusto personal está muy lejos de poder propiciar esta garantía.

Los versos "*Canto, canto y cantando más allá de mis penas personales, me ensancho*" logran traer el poder de los sonidos, que cuando se unen a las palabras brillan de otra manera, llevan a otros mundos.

Los facilitadores en este ámbito necesitamos la humildad de parar un momento, chequear por donde anda nuestra percepción auditiva, consultar todo lo que necesitemos y no dudar en seguir mirándonos en todos los aspectos de esta compleja trama en la que una arista abre muchas otras posibilidades de profundización.

Conocer el poder de la música permite siempre acompañar procesos de transformación personal y no solo distraer personas con obras musicales hermosas que no cumplen ninguna función.

Al decir de Cecilia Luzzi "*...el objetivo final es que cada facilitador comprenda por qué fueron seleccionadas las músicas de Biodanza y al mismo tiempo entregar parámetros de selectividad para hacer una correcta elección de nuevos estímulos musicales*" agregamos elementos de apertura de percepción sonora que posibilitan nuevos caminos.

Educación biocéntrica en el jardín

Nicolás López Meyer

Creemos profundamente que una nueva Cultura pedagógica está emergiendo en el mundo. Está co-creada por todos y todas y dará lugar a una nueva Sociedad, una durable cultura de Paz, una conciencia ecológica y solidaria, con niños, niñas y adultos plenos, proactivos y felices.

Noemi Paymal

Mi interés por la Educación Biocéntrica comenzó en el último tramo de mi formación de Facilitador en el año 2006. La presencia de Ruth Cavalcante marcó un antes y un después en varios de los compañeros de escuela. Esa experiencia nos impulsó en 2008 a realizar en Villa Carlos Paz, la formación organizada por Estela Piperno sobre Prácticas Pedagógicas de Ed. Biocéntrica.

Por entonces me encontré en la situación de elegir un “jardín” para mi hija Uma de un año y medio. Hace 10 años atrás nadie hablaba de espacios alternativos de aprendizaje o comunidades educativas en CABA. Encontramos un proyecto chiquito basado en la educación Montessori. Por problemas de habilitación al poco tiempo se transformó en academia de música.

Transitamos ámbitos públicos y privados de educación inicial y experimentamos numerosos desencantos. Nos sentimos muy alejados de la posibilidad de vivenciar algo cercano al principio biocéntrico.

El destino sincrónico nos llevó a conocer AYNI, un proyecto de educación viva en un espacio donde Lucia comenzó un grupo regular de Biodanza.

Nuestros primeros pasos con Lucia en este espacio fueron de mucho aprendizaje. Aún como profesores de Biodanza, muchos acuerdos y códigos nos resultaron nuevos, algunos resultaron un desafío.

El valor del juego y la espontaneidad. No solucionar los problemas por los niños. Brindarles herramientas para que ellos mismos puedan resolverlos. No interrumpir. No apurar. Escuchar, observar con atención, ponerse a la altura de los pequeños.

Volvemos responsables íntegramente del acto de educar nuestros niños nos llevó a darnos cuenta de que el espacio educativo era también para nosotros. ¿De qué sirve querer todas estas cosas maravillosas para los niños si nos las vivenciamos nosotros también? Más aun, la participación activa y la presencia de los padres en el espacio educativo es un elemento constitutivo de la educación viva y de los nuevos paradigmas.

Con el paso de los meses sentimos que íbamos aumentando en grados de coherencia existencial cada vez mayores. El espacio que tanto deseábamos ya no era imposible... lo estábamos viviendo. No existía y nos animamos a crearlo. Pasamos de sentirnos un puñado de locos a encontrarnos con muchos otros padres y educadores dulces, amables, amorosos.

Creo profundamente que las escuelas tradicionales se van

a volver escuelas libres.

Tenemos claro lo que no queremos. Escucho a Lucia charlando intensamente con su padre sobre educación. Están parados en paradigmas muy diferentes, por momentos parecen habitar mundos diferentes. El padre preocupado por su nieta, encarna todos los miedos de aquellos que no se atreven a re-pensar la educación. ¿Qué posibilidades tendrá en un mundo tan competitivo? ¿Si quiere volver a lo tradicional? ¿Cómo será el pasaje viniendo de lo libre? ¿Cómo es eso de no tener materias? ¿Cómo va a aprender? ¿Se va a sentir aislada?

Una catarata de vivencias traumáticas me vino a la mente. Las vivencias en el jardín, la escuela. Situaciones de humillación, violencia. La desmotivación permanente. Y lo absurdo de los test vocacionales.

Los cambios en el nivel de conciencia, los cambios energéticos de la Tierra, la vertiginosa velocidad en la que se desarrollan los procesos evolutivos, los movimientos planetarios, plantean nuevas necesidades, nuevas actitudes. Antes se necesitaban obreros, ahora personas creativas.

Recuerdo a Rolando Toro hablando sobre lo absolutamente inadecuado de los programas de estudio de las escuelas. “Se enseña sobre fechas de batallas y debacles humanas y nunca sobre la poesía y la belleza”. Esto lo inspiró a realizar su última invención teórica, el inconsciente numinoso.

La ciencia comienza a avalar las transformaciones pedagógicas, destacando la importancia del juego en el desarrollo cognitivo del niño. Mencionando el papel fundamental de las emociones en el aprendizaje. Ninguna novedad para quienes nos formamos en Biodanza y hemos escuchado a Rolando expresando que las funciones mnémicas, las asociativas, el análisis y la síntesis están sujetas a procesos selectivos que provienen de la esfera vivencial y afectiva. Y así, la intuición y el sentir se generan en la vivencia. ¡Es hora ya de subrayar la génesis vivencial y afectiva de la conciencia del pensamiento y de las operaciones formales!

También conocemos casos de personajes famosos que atribuyen gran parte de su éxito a la educación que recibieron de niños. (el creador de Google fue a escuela Montessori)

El niño no necesita que le transmitas “algo” sino la confianza de que ya trae la información consigo mismo. Confianza es la clave. Nacemos con ella y nuestra cultura nos la va quitando, implantando en su lugar el miedo.

‘La vida es constante aprendizaje’ escuché en una ponencia sobre el pensamiento de Varela y Maturana en la formación de la escuela de Biodanza. Y lo entendí realmente interactuando con los niños en ámbitos educativos alternativos y en mi propia experiencia como padre. Me di cuenta que el entusiasmo de los niños aparece cuando estamos en igualdad con ellos. También comprobé que lo que más llega a los niños es cuando uno está expresando *su* mensaje y por el contrario lo que menos les atrae es cuando transmitimos conocimientos dogmáticos.

El riesgo de volvernos fundamentalistas de estas nuevas formas puede aparecer. Podemos hacer una analogía con el sketch de Capusotto la dictadura hippie. La conexión verdadera con las necesidades y la personalidad del niño deben primar. Podemos ser grandes propulsores de estas nuevas formas educativas pero tal vez nuestro niño/a prefiere lo tradicional.

Biodanza para niños en AYNI

Biodanza en AYNI nos ha permitido ver en la práctica todos los beneficios que sabíamos e intuíamos que Biodanza genera en los niños.

La adaptación al espacio y mantenimiento del continuum afectivo se vieron muy favorecidos.

Cada semana la Base Segura de los chicos fue consolidándose, aumentando su autoestima y los sentimos más cariñosos. Ayudados siempre por la presencia amorosa de las guías, participantes activas de la clase y cuidando que el entorno sea siempre acogedor.

Son frecuentes las pausas durante las vivencias, reforzando la importancia del respeto entre los compañeros, trasmitiendo el valor de los afectos y sentimientos.

Los acuerdos previos son de gran importancia y permiten un desarrollo fluido de la clase.

En las propuestas presentamos elementos referidos al cuidado de uno mismo, del semejante y de la naturaleza transmitiendo mensajes valiosos para el cuidado de la vida.

Nos llena de dicha ver a los niños disfrutando y esperando este espacio en la semana con tanto entusiasmo, conectando con las propuestas, llevándose mejor entre ellos. Viendo como encuentran en los ejercicios y danzas un canal de expresión de su creatividad y su afectividad.

Que disfruten del movimiento y la danza, interactuando con sus pares, generando la integración grupal. Que los chicos puedan expresar y valorizar sus emociones y sentimientos, encontrando atención y respeto desde sus guías y sus compañeros. Esto sin duda mejorará sus capacidades cognitivas, la atención y el aprendizaje en general.

Amor, ternura, límites claros y animar a que puedan resolver ellos mismos los conflictos nos parece una acción biocéntrica poderosa para estos niños, adultos del futuro.

¿Qué es AYNI?

Qué es la educación viva/libere/consciente/alternativa?

AYNI educación viva, es un espacio educativo para niños de 2 a 5 años y sus familias donde a través del juego y del arte, los niños se expresan libremente. Un espacio que propicia es despliegue libre y espontáneo, potenciando la creatividad, el desarrollo psicomotor, emocional e intelectual. Una propuesta de educación que promueve la autonomía, la libertad, la conciencia, la unión, la confianza y la alegría, libre de juicios, premios o castigos. Atiende al carácter individual de cada niño, respetando su ritmo de desarrollo y sus auténticas necesidades.

Propone una reeducación para los adultos y tiene un sentido comunitario.

El proyecto es autogestivo y funciona como equipo de trabajo conformado por las familias y guías.

¿Qué es la Educación Biocéntrica?

Rolando Toro, creador de Biodanza, mostró siempre preocupación por el conocimiento fragmentado y caótico del mundo. Propone entonces un aprender a través de la vivencia para integrarnos con nuestros semejantes y con la naturaleza toda, revalorizando el papel de la afectividad en el encuentro humano. Surge así la Educación Biocéntrica, que tiene a la Biodanza como mediadora. Se tiene en cuenta la esfera del conocimiento, buscando socializar el saber (círculos de cultura), teniendo como punto de partida, el respeto por la vida y la convivencia amorosa, y como método un enfoque reflexivo vivencial y los aportes del pensamiento complejo (Morín). No se trata solo de conocimiento intelectual, sino de aprender también a través de las emociones, sentimientos, intuiciones y vivencias.



“Un adelanto de un mundo evolucionado del futuro”. Esto es para mí un grupo de seres humanos que practican Biodanza. Sea en la calle, en la plaza, en el hospital, en la escuela o en el trabajo. El cambio está en nuestras manos, los responsables del cambio somos nosotros, el futuro somos nosotros. Pensar en los niños como el futuro es desresponsabilizarnos.

Resuenan en mí las palabras de Román “*Cuando crezca quiero ser un niño*”, “*Creo que hay que andar por la vida como si lleváramos un bebe en los brazos. Y lo llevamos.*” (de su libro *Otro día sin novedad*)

Si, como decía Rolando, lo más reprimido en nuestra cultura (y en la escuela) es la grandeza humana, ya tenemos una misión, un horizonte. Recobrar el valor intrínseco que posee la vida, devolverle su condición sagrada.

La misión de una escuela y nuestra como educadores, es dar permiso para que cada niño pueda expresar *su* mensaje de las más variadas y múltiples formas.

No naturalicemos la crueldad de las instituciones. Pongamos nuestro empeño en modificarlas, generemos conciencia. Y si creemos que es una lucha dantesca, animémonos a crear nuevas comunidades de aprendizaje. Les sorprenderá saber cuántos somos. Unamos fuerzas que lo imposible... ¡puede suceder!

1. 2. 3... ¿danzas de amor?

Ricardo Klein

Rolando Toro las ha llamado danzas de amor. Y están buenísimas, ya que dan posibilidades de repensar matrices, de vivenciar otras modalidades posibles de relación, de experimentar novedad. Cada una de ellas aporta condiciones de posibilidad para un biodanzante, algo por lo cual vale el danzar. Solo que...

Algunos detalles previos al danzar:

- El amor es un sentimiento que ocurre o no. Si bien acontece en un vínculo, no es el resultado de un proceso, no hay una técnica que lo despierte o produzca, estando más del lado de la magia, lo inexplicable, del misterio.

- La pareja, con la cual se confunde a veces el amor, es un vínculo. Es una construcción que hacen dos personas entre sí, y co-crean eso que denominan pareja, siendo un trabajo artesanal intransferible.

- La pasión, la excitación, lo erótico, -y me consta que hay diferencia entre cada uno de ellos- y aún aquello que en la calle se llama calentura, se siente -al igual que el amor-, y a diferencia de éste no convoca el sentimiento; claro que puede ir unido a este; y puede que no.

- La amistad, un equipo de coordinación, una sociedad de dos personas, son vínculos y por ende construcciones, resultados de un proceso, de una interacción, de una forma -mejor o peor- de construir vínculos. Y como toda construcción, según cómo se haya realizado, son sus condiciones de durabilidad, su entereza, su fertilidad y/o sus desventajas.

- La elección -que implica grados de libertad- ocurre cuando las personas pueden irse de un vínculo... y eligen quedarse. Si esto no es posible, más que elegido ese vínculo es de captura. Y esa elección no es una sola vez, al inicio, sino que implica una reelección permanentemente, o no. Entonces...

Danza de amor 1:

En esta danza se da cuenta de los pasos necesarios y progresivos para ir construyendo una relación. O sea, danza de pareja, podría ser de amistad, hasta de la construcción de una sociedad. Podría ser con amor, mejor si el amor se halla involucrado; podría ser también sin él. Se la denomina danza de amor 1 y, como ya dijimos que el amor se siente y no se construye, no se trata de eso. Sí son los caminos que podrían llevar a construir un vínculo saludable; y quizá no son los únicos que abren esa posibilidad ni es obligatoriamente esa la secuencia. A la vez, los pasos que propone la danza: el descubrimiento del otro, el ocupar lugares vacíos (más cooperación que competencia), lo sensible en esa fluidez, la protección y sostenimiento del otro, el escuchar el corazón y la entrega -más que el abandono-, unido a la comprensión y aceptación, son condiciones necesarias para un vínculo saludable. ¿Estable?, no podría asegurarlo, pues hay vínculos que teniendo todas esas pautas conductuales carecen de estabilidad, y otros que adolecen la falta de muchas de ellas son más estables que los primeros; sí podría

decir que tienen mayores condiciones de una posible estabilidad, o bien de un vínculo en mejores condiciones.

Danza de amor 2:

Esta danza propone caminos o formas de separación y de reconciliación, también más saludables. Tampoco propone una danza de amor. Propone dos experiencias que pueden ocurrir en un vínculo: separarse y/o reconciliarse. Y sería interesante ubicar la y en relación de diferencia con la o. Que puede serlo, que la reconciliación puede ocurrir y a la vez no tiene por qué pasar. Esta danza -que en la práctica puede ser danzada con o sin el retorno- puede o no incluir esta diferencia. Son avatares posibles del vínculo amoroso, y aún de otras formas vinculares que las de pareja, proponiendo una revisión de la matriz infantil: "*corta mano, corta fierro,...*". Y está fantástica, sólo que no es una danza de amor, aún incluyendo lo amoroso.

Danza de amor 3:

Esta danza propone posiciones secuenciales del placer. Síntesis del Kamasutra y el Ananga Ranga, tiene la virtud de proponer investigar, probar distintas experiencias de contacto y encuentro. Y tiene la marca de que éstas son las que habría que probar y no la libertad de los cuerpos en el encuentro. Celebro que estos temas y problemáticas sean trabajadas en biodanza con la progresividad requerida para hacerlo. Celebro la recreación de la cultura hindú milenaria y su transmisión biodanzante. A la vez que se da la posibilidad del síndrome del buen alumno, que aprenda y crea que esta es la mejor forma erótica de amar, privándose de recrear y hallar otras... como si esta danza en lugar de un inicio de una propuesta a desarrollar y exportar fuera un manual de procedimientos a seguir.

En resumen, para el amor no hay algo que pauté el cómo hacerlo con otro, ni que pasos seguir, por lo cual las tres danzas de amor pierden en su nominación aquello que sí tienen para proponer. Me consta que esto no es novedad para los facilitadores experimentados, quedando la posibilidad que alguno, incauto, se confunda al leer el catálogo "IBF-CIMEB". No pretendo por esto hacer crítica alguna, sino una contextualización que, aceptando-amorosamente la producción biodanzante, intenta situar las danzas en su para qué; a la vez, reconociendo el sentido de la búsqueda que supongo en Rolando Toro, animarme a realizar una propuesta.

Hacia una danza de amor:

Y sin embargo está buenísima la idea de una danza de amor. Alguna que proponga lo que la danza de amor 1 intenta -y ya vimos que es una danza de pareja-. Aquellos movimientos que al amor pueden llevar. No el cómo hacerlos -pues son subjetivos de cada quién- sino aquellos necesarios para que la experiencia del amor pueda advenir.

Entonces...

Para que el amor pueda advenir es preciso transitar ciertos estados sin los cuales no acontece. Propongo por esto una

danza en cuatro movimientos, a la manera de las posiciones generatrices secuenciales. Valga aclarar que estos son movimientos secuenciales lógicos e inclusivos, y no cíclicos. Son movimientos necesarios para el amor, en el cual el pasar al próximo no implica salir del anterior, sino consolidarlo con la persona amada cuando el encuentro acontezca. No tienen correlación por lo tanto con aquello que la Gestalt denomina ciclo de la experiencia, en el cual se pautan momentos cronológicos del contacto con una alteridad. Escribo alteridad y no otra persona pues podrían ser ciclos de la experiencia de contacto con objetos, necesidades o aspectos de la propia persona.

No es una danza para hacer obligatoriamente con otro, a la vez que puede ser hecha con alguien –sea la pareja, sea alguien que sostiene mi movimiento-. De esta segunda manera he probado esta danza en un seminario de parejas que he dado en Perú hace unos años. Paso a dar cuenta de la secuencia:

Estar presente:

Para que la experiencia de amor pueda acontecer es condición estar presente. Si solo quiero estar allí, pero no lo estoy; si me pienso allí, y no consigo estar, me hallo ausente. Y borrada mi presencia, o mejor dicho nunca arribada, el resto de la película a rodar queda en meras ideas.

La posición generatriz de identidad es el punto de partida para esta danza de amor.

Estar abierto:

Abierto es un estado en el cual si algún acontecimiento ocurre, yo esté disponible. Las personas en general dicen estar solos –y de esto se quejan muchas veces- a la vez que les resulta difícil decir, y decirse: Estoy disponible. Pareciera que decir que estoy disponible es decir

que estoy regalado, o mendigando o dispuesto a aceptar cualquier cosa. Nada más lejos estas ideas de aquello que es estar disponible. Disponible es que dispongo, me predispongo, al posible encuentro con el otro. Sería como decir, estoy deseante, con apertura para el encuentro. Y sin deseo, sin apertura, sin encuentro, no hay amor posible.

De la primera posición la apertura me lleva a abrir ligeramente los brazos, en mi eje, saliendo de la posición generatriz de identidad, disponiéndome a...

Ir hacia (entrega):

Para que la experiencia de amor pueda acontecer, estar presente y estar disponible es condición necesaria a la vez que no es suficiente. El relato de la bella durmiente es una pésima condición para el amor. Vaya uno a saber quién será

–y como será- el supuesto príncipe o princesa que venga.

Y ¿qué más hay que hacer?, te escucho decir. Y sí, si quieres amar es condición ir a su encuentro.

Hay un movimiento a realizar, una implicación cuya decisión es mía. Es un ir hacia, fruto de una elección. No digo de una consciente elección, si elección al fin.

Decía un amigo biodanzante, Román Mazzilli –citando al poeta Manuel Trejo- que la mejor manera de esperar es ir al encuentro. Y si me hallo presente, abierto, y voy al encuentro... puede que nos encontremos y el amor sea posible... siempre y cuando...

Este tercer movimiento es un extender los brazos hacia adelante, hacia un ir a encontrarte en el momento presente en que allí estés... podría incluir el dar unos pasos hacia allí...

Me cierro en ti:

Movimiento difícil, que me consta produce rechazo muchas veces en nombre de una supuesta libertad. Movimiento difícil que resignifica los anteriores; no los anula, simplemente los modifica. Me deja presente, abierto, entregado... a ti.; y allí cierro. Cierro estar presente, abierto, entregado a otra relación amorosa en tanto te amo a ti (y no en tanto estoy haciendo el amor contigo, que no es igual).

No estoy hablando de un modo de amor indiferenciado, sino de aquel que implica una elección; no estoy hablando

obviamente de lo sexual –aunque más obvio aún que lo incluye-, sino del sentimiento. Aquello que implica que con esa persona me pasan algunas cosas que con otras no me ocurren. Sé que puede sonar a moralina, sé que puede ser así escuchado desde la idea del poliamor: relación íntima, amorosa, sexual y duradera de manera simultánea con varias personas, con el pleno

consentimiento y conocimiento de todos los amores involucrados. Aún en este caso, hay un cierre con esas varias y no con un número indefinido y cambiante, donde amaría más la situación vivida que a las personas con las cuales me hallo involucrado. La referencia a esta modalidad es de los años setenta en los cuales la libertad sexual primaba confundida a veces con lo amoroso.

Este cuarto movimiento es cuando cierro mis brazos, abrazándote (real pues lo hice acompañado, a la imagen que se halla entre mis brazos si lo hice solo). Mi cabeza descansa sobre ti, y la tuya sobre mí, cerrando la mirada al exterior. Esto implica el dejar de mirar afuera, a un seguir buscando, pues encontré. Y cerré esa búsqueda, me quedo contigo... por lo menos mientras mi amor perdura...



En casa de Familiares

Esta nota es cooperativa, y fue construida a partir de la conversación mantenida por Elida Eichenberger, Ana María Molina y Alicia Schiavoni con Juan Carlos Rogna. Redactada por uno y corregida por todos.

Tenía cierta magia esa tardecita. Habíamos armado una ronda con sillas en el patio, la mesa del mate al medio, las palabras usadas por turno.

Era un relatorio de urgencia al final de una clase temática de Biodanza (Celebración de la Pachamama). Y así sucedió porque era conveniente que hablemos para pasar a la conciencia ya mismo algo de lo vivido y de lo vivenciado, dado que los encuentros son mensuales y los participantes, olvidan o son otros.

Esa tardecita se había venido cocinando a fuego lento como la pócima de los Alquimistas. Durante años. Muchos años.

Y fueron tres las cocineras principales.

Elida Eichenberger es Facilitadora de Biodanza desde 1997, y Didacta. Su Tesina versó sobre la recuperación de la cárcel, de cómo recuperó su cuerpo torturado hasta transformarlo en un cuerpo para el placer. Desde siempre es militante de organismos de Derechos Humanos y docente, y desde hace catorce años tiene un grupo de Biodanza en su sindicato, la Unión de Educadores de la Provincia de Córdoba.

Ana María Molina es una de las primeras Biodanceras de Córdoba, y actualmente se encuentra en fase de Titulación como facilitadora. Tiene experiencia en reiki y en organomía, y es miembro de Familiares de Desaparecidos y Detenidos por Razones Políticas de Córdoba.

Alicia Schiavoni cursó la Escuela de Biodanza en Córdoba, y la Biodanza le ayudó a arraigarse nuevamente en la Argentina, después de muchos años de exilio en Italia. Es Fisioterapeuta con metodología holística, militante de DDHH y miembro de Familiares.

Las tres consideraban que era realmente fiel al Principio Biocéntrico la instalación de Biodanza en los Organismos de Derechos Humanos, ya que su lucha por Memoria, Verdad y Justicia es, en última instancia, una lucha por la vida, para que la maldad no tenga lugar en el mundo.

Intentaron esa instalación durante mucho tiempo y con mucha paciencia. Fluyendo con distintas corrientes, no todas de vientos favorables.

Es que hacia el año 2000 esos Organismos estaban centrados en las consignas de origen, las mismas que levantan hasta ahora: Memoria, Verdad y Justicia. Y no querían dispersar sus fuerzas diversificando actividades.

Y en el movimiento de Biodanza había ciertas dificultades para abordar algunos temas. Amparados en evitar disociaciones no hablábamos de política, salvo cuestiones



muy generales. Sí recordando que Rolando Toro al iniciar sus maratonas manifestaba: NO A LA GUERRA.

Las tres compañeras dejaron que el río de la historia siguiera andando, sin abandonar su objetivo.

En su militancia, dentro de la organización Familiares de Desaparecidos y Detenidos por Razones Políticas de Córdoba, continuaron su trabajo tendiente a una apertura a

Ciclo de talleres de Biodanza para parejas



Primer encuentro:

De amores, elecciones y decisiones.

Trabajaremos las potencialidades singulares de cada pareja, experimentando otras modalidades de mirarse, de re-conocerse, y construir juntos.

Facilitan: Ricardo Klein y Carolina Diez

Inicia Sábado 15 de Octubre de 15 a 19 hs.

Lugar: Velazco y Dorrego (Zona Villa Crespo)

Se requiere inscripción previa. Consultas:

Tel. fijo: **3967-7819** e-mail: **carudiez@gmail.com**

la comunidad, más allá de las víctimas del terrorismo de Estado.

El primer paso fue la Biblioteca. Luego, muy después, fueron apareciendo algunos talleres para todo público: Literatura con referencia a la Memoria, Cerámica con la técnica de los Comechingones, Chi Kung, Coro Multiétnico, Ajedrez, Arte Sano.

Luego la casa (que había sido comprada por el Organismo gracias al aporte de una parte de las indemnizaciones que recibieron de las leyes reparatorias del Estado quienes habían sido presos o exiliados de la dictadura) se agrandó con una habitación amplia al fondo del patio, donde los talleres funcionaron mejor.

Y una vez más, Eli, Ana y Alicia le plantearon a los compañeros de Familiares la necesidad y conveniencia de intentar un grupo de Biodanza.

Este año 2016 algunos frutos estaban maduros: la actividad de los Organismos de DDHH había logrado un “Juicio por la Verdad Histórica” a comienzos del siglo 21, que no tenía por objeto lograr condenas ni declarar culpables (las leyes de Obediencia Debida y Punto Final se lo vedaban a los jueces) sino tener alguna certeza sobre los Desaparecidos, saber qué fue de cada uno de ellos, dónde están los bebés nacidos en cautiverio de madres que no volvimos a ver.

Toda esta remoción de informaciones perdidas era, al tiempo que liberadora, una causa de nuevos dolores que se encimaban a los dolores primeros. O sea: que en esa casa había demasiado dolor no procesado, y las compañeras entendieron que Biodanza era una herramienta adecuada para la sanación imprescindible.

Tanto esfuerzo militante había dado sus resultados: la condena a prisión perpetua de cumplimiento efectivo sobre el dictador Jorge Rafael Videla y Luciano Benjamín Menéndez, fue el fruto de tanto trabajo de Madres, Abuelas, Hijos, Familiares.

Había llegado la hora de transformar todo ese esfuerzo, explicitando lo que siempre fue: un Trabajo a favor de la VIDA, para que tanta muerte no quede impune.

Ahora sí, ahora podían tomarse un rato de descanso mientras avanzaba desde hacía cuatro años la Megacausa, donde se juzgan a decenas de civiles y militares por centenares de delitos de lesa humanidad (secuestros, torturas, desaparición forzada de personas, robos de bebés nacidos en cautiverio, violaciones a mujeres y a hombres...).

Así fue como cinco meses antes de la tardecita que conté al comienzo, se lanzó la convocatoria “Biodanza en casa de Familiares”.

Y ahí fuimos varios facilitadores cercanos a la casa o a algunas personas que por aquí andaban, amigos invitados que jamás habían hecho Biodanza, manifestantes que cada 24 de marzo sostienen en las calles la llama de la vida.

Y empezó a andar este grupo tan particular, tan específico y al mismo tiempo abierto para todo público. Un grupo identificado con los Derechos Humanos y poniendo la vida en el centro, facilitado en forma cooperativa (hasta el momento el grupo fue coordinado por distintos facilitadores:

Elida Eichenberger, Mónica Masó, Marcela Verde, Juan Carlos Rogna y Graciela Gloria Gómez, y otros facilitadores desean coordinar algún encuentro futuro) y solventado entre todos: los facilitadores brindan sus servicios gratuitamente, las clases son a la gorra y lo que en ella entra se destina a mejorar el salón de los talleres. En este quinto encuentro estrenamos la alfombra para Biodanza, comprada con esos aportes.

Ya puede trazarse un primer balance. Este balance nos dice que las clases de un sábado al mes son lisa y llanamente clases de Biodanza Sistema Rolando Toro. Sin agregar nada ni quitar ninguno de los muchos méritos que el sistema tiene. No son clases de barricada sino de amor a la vida, de encuentro afectivo, de salud y trascendencia.

Durante ese relatorio con que empieza esta nota, una persona, que vino por primera vez a una clase de Biodanza cediendo a insistentes invitaciones, abrió la ronda diciendo que se sintió cómodo con eso que no conocía. Escuchamos a otra persona que solo había venido alguna vez a este grupo mensual, quien dijo que cuando se acarició las manos, una con otra, sintió que dos partes suyas se integraban, y sintió armonía. Otra persona con también poca experiencia en Biodanza contó que en un encuentro anterior había venido con un problema orgánico (dolor de hígado), y después sintió que ya no lo tenía. Que no entendía por qué, pero era así.

Muchas cosas más escuchamos, pero esas tres bastan para que todos sintamos que aquellos esfuerzos y aquellas insistencias están dando frutos.

En un par de semanas a partir de la tardecita con que empezó este relato, se dicta la sentencia en la megacausa que mencioné. Al tiempo de publicación de esta nota ya será conocida por todos.

El trabajo ciclópeo está llegando a su fin, al menos en esta etapa. El esfuerzo descomunal realizado en busca de la verdad, removiendo memorias para llegar a la justicia, bien merece un reposo de dos horas al mes. Un momento que junte nuestras partes, que nos otorgue armonía, que nos cure el empacho, que nos haga sentir cómodos incluso frente a lo desconocido.

Solo por eso, y nada menos que para eso, hacemos Biodanza en casa de Familiares.



A la consciencia

Valentino Terrén Toro

Oh, magnánima diosa de la libertad,
la mente humana es un barco
enterrado en la isla del sufrimiento.
La noche, en estas latitudes emocionales,
es una mujer tan majestuosa como agresiva:
el viento sopla y el mar se embravece,
proliferan, en los truenos de la tormenta,
los ansiosos dragones del mañana,
resucitan, en el vientre de los nubarrones,
los demonios deprimidos del ayer.
La furia de los cielos incendia
el último vástago de tranquilidad,
los árboles se desplazan como humanos del sistema
intentando enraizarse en la profundidad de un espejismo,
el suelo del barco se desploma
como un jinete en un caballo de telgopor.

Oh, oráculo anónimo del universo,
la Tierra no sabe obedecer
las órdenes divinas que dicta el Cielo
y se seca como una flor en la penumbra.
¿Será el destino de la Tierra obedecer al Cielo?
¿Será el destino del pensamiento
ser un barco a la deriva
en la tempestad del sentimiento?

Oh, heroína de la contemplación,
reanima la llama que esplende
en el sótano del alma humana.
Armoniza los cataclismos neuronales.
Atempera el invierno de nuestra sangre.

Oh, dulce águila del equilibrio,
humilde imperio de las profundidades,
raíz del misterio enterrada en el éxtasis,
magia innata de la materia.
¡Por favor, descúbrete!

Oh, sigilosa pantera de la alquimia,
caracol fundido en el tigre,
brújula subterránea del espíritu,
sol que se expande en el núcleo de las células,
¡Por favor, libérate!

Oh, armoniosa hada de las posibilidades,
sacia el apetito de la oscuridad,
mezcla la escarcha de la mente con las brasas del corazón,
atiza los leños que languidecen
en la sombría ciudad de la inconsciencia.

Oh, majestad siempre naciente,
intención primordial de la existencia,
ambrosía del conocimiento,
madre del amor infinito,
desliza el tierno calor de tus caricias
sobre el brumoso cuerpo de las tinieblas,
reparte con justicia tu inmensidad,
arulla el planeta que flota entre tus brazos.

Haz todo esto de una vez,
y en menos de un santiamén
se despabilará el ángel sonámbulo
que coordina los hilos del universo.

Contacto humano, tan deseado y tan temido



Angeles González

Desearía contactar..., tengo mis contactos..., hice contacto con..., entre nosotros no hay contacto..., es alguien con muchos contactos...

Escuchamos tantas veces la palabra “contacto” referida a distintas afecciones, se habla de personas conocidas en el ámbito familiar, social, laboral o personas desconocidas (en el ámbito virtual); pero muy poco se habla de la inmensa necesidad de contacto de los cuerpos, del deseo de ser tocados, abrazados, acariciados, alojados, contenidos, del hambre, (porque de esto se trata) de explicitación afectiva, ternura, calificación (o valoración) que esperamos día a día, minuto a minuto, sin saberlo, sin conciencia alguna.

Está culturalmente aceptado que los bebés, los niños (hasta los 4 o 5 años), los enfermos terminales, y las mascotas, necesitan contacto, pero en la niñez avanzada, la pubertad, la adolescencia, la juventud, la tercera edad y la ancianidad parecería que no.

Una y otra vez me pregunto cuándo, donde, porque, se instaló esta disociación, y aparecen antecedentes en los traumas familiares, la represión promovida por las religiones, la priorización en la educación de los sentidos de la vista y el oído por encima del tacto, gusto y olfato, también de los contenidos intelectuales, (cognición), sobre las sensaciones, emociones y sentimientos.

Observo la oposición, necesidad-impedimento (en las clases de Integración Humana desde el movimiento que facilito), en el momento de acercarse, saludar, o comenzar a bailar, estos movimientos tal vez sean los que expresábamos cuando éramos niños frente a distintos estímulos o situaciones. Sabemos que el momento de la socialización y la palabra organizada (de 4 a 6 años), comenzamos con este mecanismo, eso también habla del mundo al que debemos asomarnos, que muchas veces en

lugar de expandirnos nos retrae, (con honrosas excepciones por cierto).

Se escribe mucho sobre el Éxito, la Abundancia, la Pertenencia, como algo a obtener, intentos o carreras (de correr), construidas sobre el miedo a detenernos, a estar presentes, a pensar “lo que hay” (que es potencia y no falta), a conectarnos, a resonar, a no sentirnos separados de nada, y esto es “contacto”.

Una amiga hace unos días me dijo: yo no estoy para que me toquen (no soy sí), la escuché y le respondí: tal vez estás para mirar y que te miren, pero cuando llama angustiada por algo que le acontece, necesita una palabra que la “toque”, un abrazo de sus seres queridos, necesita contención (como todos), el problema se le presenta con los “Extraños” y es aquí donde quiero detenerme.

El concepto de “Extraño” según el diccionario es: Dícese de lo que es ajeno a la naturaleza o condición de la cual forma parte, o que existe fuera del organismo, o es de origen extra orgánico, (ej. aparición de un cuerpo extraño). Nada en esta definición describe el porque otro ser humano que puede ser diferente, se nos convierte en “Extraño”.

Cito a Edgar Morin quien dice:

El otro es a la vez semejante y desemejante, semejante por los rasgos humanos o culturales comunes, desemejante por las singularidades individuales o diferencia étnicas. El otro lleva efectivamente en sí lo ajeno y la similitud. Ante un desconocido nos hallamos en una relación ambivalente dudando entre la simpatía y el miedo. El otro ya está en lo vivo del sujeto. El principio de inclusión es originario, como el polluelo que sale del huevo y sigue a su madre. El otro es una necesidad interna. La relación con el otro está inscrita virtualmente en la relación con uno mismo. Tomando las bacterias nuestro ancestro de vida, por diversas que sean se comunican entre sí ofreciéndose “lo que hay de más precioso, hebras de ADN en el seno de un inmenso

NOSOTROS” (E. Morin La Humanidad de la Humanidad Parte 2 La relación con el otro)

Entonces la semejanza y desemejanza (ambivalencia que nos constituye), podría reemplazar a esa extrañeza que obstaculiza el natural deseo de conocer, esa curiosidad que de niños nos hacía usar todos los sentidos, tocar oler, chupar, comer, mirar, oír.

Hasta aquí y a distancia vamos manejándonos con el encuentro. Pero ¿qué sucede cuando el contacto incluye la cercanía de los cuerpos? En el juego de seducción donde la sensualidad, sexualidad y genitalidad actúan, con mayor o menor dificultad la fricción de los cuerpos lo resuelve. Aunque a veces muchos encuentros sexuales son una desesperada necesidad de contacto, caricias ternura e intimidad emocional.

La mayor dificultad está en la Explicitación Afectiva, en la ausencia de Ternura en la presencia y el sostén afectivo. Razón por la que la considero un alimento primario igual que el Oxígeno, Agua, Sueño e Ingesta (Ángeles González ponencia Foro Nac, Teatro y Salud Mental Teatro Cervantes 2003).

No son inocentes aquí las inscripciones de los primeros contactos afectivos en el líquido amniótico en la panza, en los brazos de nuestros padres o personas que nos hayan acompañado en el crecimiento; También la censura y estigmatización del contacto hecho por la cultura que actúan como condicionamiento en esta “domesticación” que sufrimos.

Frente a esto propongo entonces algunas opciones:

Cultivo progresivo del contacto: Autocontacto (recorrer todo el cuerpo con masajes y caricias) Masaje con Personas que nos inspiren confianza, en partes del cuerpo que no nos generen incomodidad, Hacer clase de movimientos que incluyan contactos leves y progresivos. Compartir la aprehensión y el miedo a la cercanía con otros, comunicar cualquier incomodidad y si hay algo intrusivo poner límites. En ámbito grupal establecer encuentros eutónicos (tono justo y armonioso), para recuperar confianza en los acercamientos.

CRECEMOS CON NOSTALGIA DE CONTACTO desde nuestra salida de la panza, la piel con millones de poros espera volver a esa sinestesia, a ese placer.

No hay edad para retomarnos, con amorosidad y paciencia podemos acompañar nuestra irrigación e innervación, el movimiento de nuestras hormonas, y en esa maravillosa memoria celular cultivar el florecimiento de un cuerpo que espera.

No deseo simplificar las complejas causas que impiden el contacto a veces, pero en tantos años de profesión me toca presenciar y compartir experiencias de cuerpos alegres que disfrutan, y no necesitan solo del dolor o la contractura para sentirlo.

Sueño con un mundo, (y Rolando Toro lo hizo antes que yo creando Biodanza), donde nos podamos encontrar, mirarnos a los ojos, abrazarnos, ofrecer nuestro regazo, descansar en el de otro, un mundo empático, afectivo, solidario, en contacto con la vida, que es energía amorosa

manifestada. Esa es la razón y el sentido de mi tarea, porque:

La piel de no rozarla
con la piel,
se va agrietando.
Los labios de no tocarlos
con los labios,
se van secando.
Los ojos de no cruzarlos
con los ojos
se van cerrando.
El cuerpo, de no sentirlo
con el cuerpo,
se va olvidando.
El alma de no entregarla
con el alma,
se va muriendo...

Agradezco a Bertold Brecht (a quien adjudican este poema), porque nombra como nadie la necesidad de la que hablo.

Tal vez si todos soñamos lo mismo sucede...

Formación 2017

TRABAJADOR CORPORAL INTREGRADOR

Facilitador de aprendizaje no disociado

Inscripción abierta

Un espacio para compartir y construir pensamiento juntos acerca de la Integración que todos tenemos, que a veces se encuentra olvidada, dormida o no se conoce por falta de conexión.

Directora:
Prof. Angeles Gonzalez

Escuela de Integración Humana desde el Movimiento
4862.3225 info@escuelaintegracion.com.ar
www.escuelaintegracion.com.ar

Biodanz@ divers@



Marcelo Surano

En nuestra cultura actual la mirada aún está teñida por ancestrales creencias filosóficas, políticas y religiosas persistentes con el correr de los siglos estando tan radicalizadas que se ha llegado a perder de vista al concepto/derecho de la identidad. Si bien los tiempos han cambiado y con ellos se van acelerando los procesos evolutivos de la identidad humana a través de la integración y del saberse a sí mismos, este saber contribuye a que se amplíen las posibilidades socioculturales de ser y de permisos para ser, sentir, explorar o expresar nuestra identidad en constante construcción.

Tanto el hombre como la mujer han ido renunciando poco a poco a un machismo que nos condena a predeterminados comportamientos sexuales o a redefinir nuestros objetos de amor compartimentados en hombre o mujer en íntima cooperación de una mirada requisitoria y muchas veces inquisidora y esta es la parte que nos compete a los facilitadores de biodanza dado que somos facilitadores de procesos evolutivos de la identidad y generamos el marco apropiado para que cada ser perciba la licencia de ser quien siente que es.

Hoy sabemos que en la creación de la identidad intervienen factores biológicos, fisiológicos y psicológicos y en este sentido el facilitador no lo hace solo sino que predispone a todo el grupo en favor de generar ecofactores positivos desarticulando en los integrantes del grupo cualquier intento de intervención que responda a ese obsoleto sistema de creencias, por ejemplo, en la redefinición de la identidad sexual de un individuo que se procesa en un aula de biodanza resulta claramente inadecuado, excluyente y hasta expulsante que en una danza

de ronda en la que hay dos hombres tomados de la mano aparezca una mujer separando de manera sexista esa unión con argumento de “así estamos equilibrados” (tomo este ejemplo como podría haberlo tomado exactamente a la inversa) si tiene una identidad sana, resolverá su duda existencial con una afirmación interior del tipo: “este no es mi lugar en el mundo, debo seguir buscando y experimentar otras cosas” en cambio si tiene dificultades con su identidad, seguramente no resolverá la situación y entrará en una contradicción interna muy dolorosa a la que llegaría por este camino: “yo no tengo ningún lugar en el mundo, no formo parte de ningún sitio por más que intento, nadie va a entenderme nunca”. Este acto y muchos otros como también pueden ser algunas consignas varón-mujer y que no den la posibilidad de otras opciones es igual a no ver a los individuos que componen el grupo y que además atentarían contra el sentido de afiliación, esto es lo mismo que pretender que un hijo sea médico o abogado mientras que el deseo profundo de ese hijo sea ser jugador de fútbol. En el olimpo no habitaban solo dioses resumidos a masculinos y femeninos, Hermafrodito, hijo de Hermes y Afrodita es uno de los tantos arquetipos que enriquecieron este panteón de dioses griegos y hasta el mismo Zeus había estado enamorado de un joven de quien no fue correspondido y encendió su ira. Lo que somos es una subjetividad, una apreciación que viene de adentro, más allá de cómo nos vean los de afuera, Nos necesitamos los unos a los otros, para obtener y para entregar, para sentirnos acogidos y para sentir que ofrecemos algo útil, considerar la homosexualidad, la bisexualidad, la transexualidad, la pansexualidad y todas las posibilidades que no conocemos como una valiosa opción debe estar contemplado en una consigna a la hora de hacer un verdadero movimiento pleno de sentido

Corporeidad vivida y principio de progresividad

Patricia Colina

Vamos a llamar *corporeidad* a la manera como cada uno de nosotros siente su cuerpo y los propios movimientos. Una construcción permanente en los niveles: biológico, psicológico, social y cultural. Esta construcción está compuesta por significados e imaginarios de la vida cotidiana, que se van modificando como son: los afectos y los vínculos, las emociones, el gozo y el dolor, los impactos sensibles, la apariencia física estética, la libertad o no de vivir en plenitud, basándose siempre en la diferenciación-identificación con los otros. La corporeidad no sería entonces totalmente cuerpo biológico, sino que proviene fundamentalmente de lo organizado por la materia biológica desde impresiones sensibles fijadas a muy tempranas etapas de desarrollo, vinculadas a las primeras vivencias, primeras experiencias cenestésicas, que han determinado matrices perceptivas, energéticas, afectivas, mentales, con que el ser humano se expresa o marca sus modos de comunicar, las protovivencias.

Sobre estas primeras experiencias F. Dolto dice:

“Las primeras sensaciones corporales experimentadas cuando somos bebés, no dejan de vibrar en nuestro cuerpo de adultos y continúan ejerciendo una influencia decisiva en nuestra vida afectiva, elecciones, producciones intelectuales o artísticas más elaboradas”.

Cuerpo de ayer (bebé) – Cuerpo de hoy (adulto), vibran al mismo tiempo: El ritmo.

La imagen de la emoción es esencialmente rítmica, imagen del ritmo de la interacción tierna, intercambio sensorial y sensual, entre dos presencias que concuerdan o desacuerdan. Repeticiones, percepción de los tiempos fuertes y débiles. La impronta de variaciones ritmadas de intensidad emocional. (F. Dolto; *La imagen Inconsciente del cuerpo*. Paidós. 1994)

Cuando surge la danza desde lo más íntimo, no surge de la técnica aprendida, sino de la propia exploración sensible e intuitiva de esa corporeidad. En los encuentros de Biodanza, compartimos ritmos, melodías, emergen lenguajes silenciosos y olvidados, que súbitamente nos conectan con recuerdos, de lo que fuimos, lo que somos, lo que vivimos, encontrándonos con lo luminoso y lo oscuro. Como facilitadores ampliamos esta escucha sensible y conmovedora, oyendo desde el cuerpo sentido, la propia corporeidad, las voces de otros cuerpos hablantes. Vivenciando intensamente estos cuerpos en movimiento, la cercanía, el alejamiento, el roce, el calor, la sensualidad. Presencias emocionadas, miradas, lágrimas, expande la potencia grupal, el cuerpo grupal. Sentimientos de pertenencia, de confianza, comunicarnos de maneras poco usuales, resignificando viejas vivencias que se presentizan y nos transforman. Los mensajes que nos llegan, las señales, conmueven nuestras identidades permeables. Ser acogidos y acoger el cuerpo del otro. Ser mirado y sentido, ser visible. Cuerpos habitados y habilitados, de ternura, de placer, displacer, de deseo, ser aceptados y aceptarnos en estos



procesos de evolución de Identidad. Es el proceso maravilloso, de inesperados aprendizajes, sintiendo en movimiento, jugando, renovando, con el poder mágico de nutrirse de amor hacia uno mismo y los otros. Energías envolventes de vida que nos devuelven nuevas imágenes, nuevos sentidos, abriendo caminos a reconocernos en nuestros semejantes... Reparantalizarnos.

“El cuerpo, como los libros sagrados atesora toda la historia del principio al final, cada huella del cuerpo tiene padres, nombres, historias que se encadenan en otras y otras. Cada marca, surco, rincón o valle emparentados entre sí, pueden leerse de mil maneras. Paraíso e infierno se tocan en una rodilla, en un latido, en una boca, así los odios y los amores, los castigos y los perdones, van quedando grabados”. (Elina Matoso; “El cuerpo territorio escénico”; Paidós. 1992).

Creo que en nuestro rol de facilitadores es vital poner especial cuidado en el principio de progresividad al proponer cada vivencia, cada encuentro.

Un proyecto posible: editorial autosustentable de Biodanza

Claudio Antista

Tenés algo para decir. Podemos hacerlo juntos.

Al iniciar el camino por el mundo Biodanza tuve la percepción de que a ese vasto campo de vivencias, conocimientos y aportes, aún le faltaba soporte material para que todo eso pudiese circular entre la inmensa cantidad de biodanzantes. Más allá de las páginas en internet de cada escuela o facilitador; de los videos que encontramos en la red y de los materiales que se entregan en las maratones de formación, eran pocas las publicaciones específicas sobre la variada gama de temas que la disciplina ofrece. En honor a la verdad, debo admitir que con el tiempo fui descubriendo el mucho y buen material publicado en varios países, pero de todos modos sigo percibiendo que existe un gran espacio virgen para ocupar y dar contenido, desde el cual se posibilite la vinculación un gran número de personas ávidas de acceder a nuevos textos e ideas con biodanzantes que tienen mucho para aportar a Biodanza, pero escasa posibilidad material para comunicarlo.

“En el fondo de cada uno de nosotros existen bastantes más posibilidades que las que hemos tenido oportunidad hasta ahora. Si no creamos un entorno favorable para el desarrollo de nuestro potencial, no sabremos nunca lo que se oculta en nosotros. Nos corresponde decidir hasta dónde nos queremos dirigir. Somos los pilotos y los navegantes de nuestro planeta. Si tomamos en serio nuestro rol, el destino que nos espera será necesariamente el que hemos previsto” (Muhammad Yunus, creador del Banco de Aldea en Bangladesh, premio Nobel de la Paz 2006)

El ingreso a la formación como facilitador, coincidió con un proceso experiencial de cambio en mi forma de percibir el mundo. Profesión y trabajo estaban incluidos en eso y se hizo imprescindible encontrar caminos de conciliación entre el sentir, los potenciales y los saberes adquiridos a lo largos de muchos años. Una de las tres preguntas clásicas existenciales en Biodanza giraba en torno a mí: ¿qué quiero hacer?

La experiencia de haber editado el libro de Sanclair Lemos “La Vivencia de Trascendencia” en su versión en portugués para Brasil y en castellano para Argentina, abonaron el terreno fértil para que germinara algo que anidaba en mi interior, pero que hasta ese momento no había hecho del todo consciente: poner mis dones al servicio del camino que estaba emprendiendo. El concepto de acción social de Rolando Toro sumado al concepto de acción social del sociólogo alemán Max Weber (1864 – 1920), se hicieron presentes: Haciendo una síntesis de ambos y en el marco de la experiencia Biodanza hoy digo que:

“Acción social es aquella acción significativa y consciente que al realizarla tiene consecuencias para las personas de nuestro entorno y al mismo tiempo opera como acción de rehabilitación existencial sobre nosotros

mismos”.

Dicho esto, la propuesta fue simple: crear una editorial de material de Biodanza, solventada a través del sistema de micromecenazgo o crowdfunding, que brindara las siguientes posibilidades: a los autores, publicar aportes a la disciplina sin necesidad de contar con recursos económicos previos ni posteriores; a los lectores, adquirir esos trabajos previamente a ser publicados, asegurándose su acceso y vincularse con los autores, y como tercera ventaja, ampliar en cantidad, calidad y diversidad, el material existente sobre la disciplina.

En un plano estrictamente personal puedo agregar un ítem más: este doble vínculo entre autores y lectores genera una nueva instancia profesional, la cual torna posible unir al menos tres ejes: saberes previos, vínculos humanos basados en Biodanza y recreación existencial como respuesta a la crisis individual surgida al interior del desarrollo profesional.

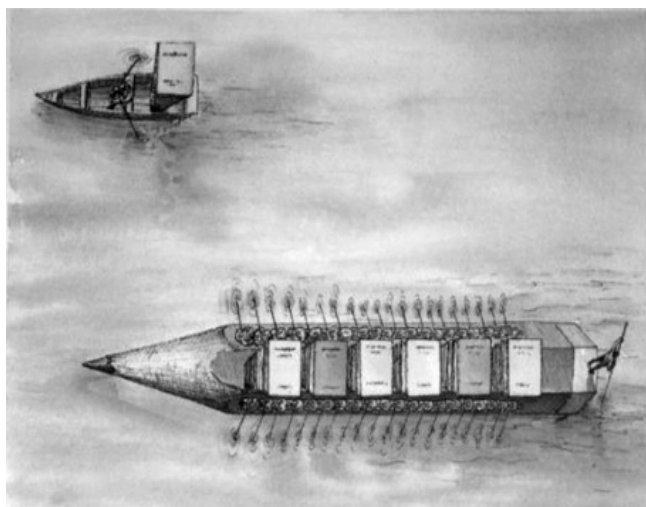
“Generar un contexto que facilite la actualización de potenciales diferenciales es necesario para alcanzar un desarrollo creativo basado en la diversidad. La búsqueda de sendas originales –superando los caminos de la imitación– permite que las personas, los grupos, y las comunidades sean capaces de crearse a sí mismos al tiempo que construyen el colectivo. (...) Cada persona al descubrir las herramientas específicas que le permitan desarrollar sus potencialidades de manera plena es habilitada en el proceso de Ser. No se trata de dar el pescado, tampoco de enseñar a pescar; deben generarse contextos adecuados para permitir que cada ser humano, desarrollando su potencial creativo diferencial, descubra la mejor forma de pescar” (Economía Biocéntrica / Yaniré Perdomo Boga)

El modelo de producción del material

“Más allá de los recursos económicos tradicionalmente considerados, una visión más amplia comprende a todos aquellos elementos y fuerzas, materiales e inmateriales, naturales y humanos, que tengan la potencialidad de ser aprovechados en algún proceso o actividad económica de cualquier tipo” (Fundamentos de una Teoría Económica Comprensiva / Luis Razeto Migliaro)

El modelo de producción de este proyecto se sostiene sobre tres puntos de apoyo: autor, editor y lector; unidos a través de una plataforma de financiamiento colectivo (crowdfunding o micromecenazgo) sostenida en internet.

El sistema funciona del siguiente modo: quien tiene material escrito para publicar o quiera hacerlo, se contacta y plantea su idea. Juntos buscamos la forma de publicación que mejor exprese ese proyecto. Con esas directrices se traza un mapa de trabajo, se definen los costos de edición, cantidad de ejemplares, diseño gráfico, impresión, distribución y comunicación. También, de acuerdo al proyecto, se establecen los tiempos de recaudación, ejecución y –si son parte de la propuesta– las recompensas.



Una vez cotejada y acordada esa información, se establece el monto necesario para llevar cabo el proyecto y durante un tiempo definido previamente, se publica la idea en una de las plataformas de financiamiento colectivo existentes en internet. Al mismo tiempo se lanza la estrategia de comunicación para dar a conocer el proyecto y acercar a los potenciales lectores al sitio web para que reserven y adquieran ahí mismo su ejemplar en forma online (a través de tarjeta de crédito o Paypal). El sistema es muy seguro; está probado en muchos sitios de crowdfunding, en una gran cantidad de países y en miles de proyectos concretados. Una vez conseguido el importe del proyecto en el lapso previsto, la plataforma web envía al responsable del proyecto el 95% de los fondos, reteniendo el 5% restante en concepto de comisión.

Mientras transcurre el tiempo durante el cual se consiguen los fondos, en feed-back permanente entre autor y editor, se va produciendo la publicación. Cuando el diseño y la edición del archivo original están terminados y se cierra la etapa de venta anticipada, se envía el material a impresión. Una vez realizada la publicación y de acuerdo a lo establecido en el plan original, se envían los ejemplares a sus compradores.

En el caso de que el proyecto haya sido planteado originalmente con algún sistema de recompensa (no es obligatoria aunque sí puede resultar atractiva para quienes tienen intención de colaborar), la misma se adjuntará en el envío. Por ejemplo, el costo del libro puede tener diferentes escalas según la cantidad y a medida que aumenta, además del ejemplar se le otorga al comprador un descuento en un taller específico de Biodanza, una invitación a una clase de profundización o algún otro tipo de beneficio extra.

Haciendo una rápida síntesis del modelo de producción, los pasos son:

- a) Definir el proyecto y sus costos
- b) Publicarlo en el sitio de financiamiento colectivo
- c) Comunicarlo al público potencial
- d) Obtener los recursos
- e) Producir el libro (diseño, edición, corrección)
- f) Enviarlo a los mecenas

Con este sistema se obtienen resultados positivos para quienes intervienen en la concreción del proyecto, es decir, todos los involucrados obtienen beneficios: el autor publica y distribuye su obra, el editor recibe su contraprestación por el servicio, el lector se hace de un material al que no hubiese

podido acceder a través de los sistemas tradicionales y el sistema Biodanza se nutre y recrea con nuevos aportes.

Crowdfunding o micromecenazgo: ¿qué es el sistema de financiamiento colectivo?

Crowdfunding o micromecenazgo es una metodología de **financiación colectiva basada en internet**. A través de plataformas virtuales que habilitan la difusión de ideas y la recepción de aportes económicos para llevarlas a cabo, hace posible que proyectos que no podrían conseguir fondos de manera convencional (películas de bajo presupuesto, recitales, grabaciones de discos, libros, obras de noveles autores, becas, subsidios, etc.) puedan ver la luz.

Existen diferentes plataformas o sitios de financiamiento colectivo en todo el mundo, muchos de ellos especializados en proyectos específicos (artísticos, sociales, tecnológicos y empresariales, entre otros). Algunas de ellas son ideame.com; lanzanos.com; kickstarter.com; indiegogo.com, entre otras.

Además del costo total del proyecto, en algunos casos, hay que decidir cuál es el monto de cada financiación (desde colaboraciones pequeñas hasta sumas de dinero más importantes), y al mismo tiempo idear un sistema de recompensas por cada uno de ellos (una copia del libro que se va a editar, una entrada para un taller, un descuento para un congreso, etc).

Una parte muy importante de este proceso es la difusión de la idea, instancia donde los nuevos medios digitales y las redes sociales son fundamentales. La clave es socializar el proyecto en redes sociales, blogs, sitios web, listas de correo electrónico y contactos personales. Esa instancia es clave para obtener colaboradores. Si no se reúne el dinero total para lograr el objetivo, la cantidad obtenida al finalizar la campaña se devuelve a los donantes. Si se logra el objetivo en el plazo estipulado, se recibe el dinero para desarrollar la idea.

Financiar la puesta en marcha de ideas mediante micromecenazgo o crowdfunding tiene ventajas que van más allá del dinero recaudado. En el caso de emprendedores que quieren lanzar sus proyectos es fundamental la opinión de los co-financiadores que se mide en la disposición a aportar para la implementación de la idea. Si el dinero se llega a recaudar al 100% puede ser una señal muy clara de aceptación del producto o servicio. Si no se llega a recaudar puede ser una señal de que hay que darle una vuelta más a la idea. Los co-financiadores –tal como se les llama a las personas que apoyan proyectos bajo este sistema- además de recibir recompensas atractivas como agradecimiento por la colaboración, quedan con la sensación de que han aportado para algo realmente grande e importante, como es la cultura o la creación de proyectos comunitarios.

...

Se sabe que cualquier camino por largo que sea empieza con el primer paso; que todo lo que es, primero fue una idea; y que lo imposible puede suceder, por eso si alguien tiene algo para decir, podemos decirlo juntos.

Relato de vivencias



Laura Del Piano

Biodanza nos invita a invertir nuestra estrategia de aprendizaje: danzar (vivenciar), elaborar en las vísceras lo vivido y en palabras sentidas compartir en el grupo *lo aprehendido*.

En cada aula nos sentamos en ronda alrededor de un centro que evoca la vida compartida y como facilitadora invito a habitar la palabra, recreo un ambiente tal que permita a cada uno expresar y o descubrir en sus propias palabras lo que es vital para si mismo. Así la palabra también es una danza, posible en un ambiente contenido por la calificación afectiva.

El ambiente se genera con consignas claras y precisas que propicien la escucha en el grupo y el permiso para expresar. Pueden referir a que se comparta lo vivido en una danza determinada, en una secuencia danzada o qué fue lo más importante para cada uno en la clase anterior, a veces simplemente algo que les sucedió en la vida y que relacionan con lo que danzaron juntos.

Así, invito a que se hable en primera persona (a mí... yo... siento, me pasa, me di cuenta) evocando la vivencia (volver a vivirla aquí-ahora) para que pueda surgir la palabra emocionada y se realice en el tiempo acordado (30 a 45 minutos iniciales en cada clase, en total). En grupos numerosos se pueden utilizar distintas estrategias para que todos puedan expresarse (a dos, con cambios – una palabra de lo que siento ahora – en grupos de 4 o 6, con expresión de un representante en grupo mayor, etc) de acuerdo al nivel de integración afectiva del grupo y la capacidad desarrollada por cada uno para expresarse en palabras y en feed-back (retroalimentación con los demás).

Es importante que cada uno pueda decir lo que está viviendo, qué está aprendiendo y reaprendiendo a partir de compartir con estas personas, así va surgiendo la capacidad de discriminar lo que piensa y siente, relacionar su antes y ahora, integrar lo que surge en la diversidad del grupo y hacerlo dentro del tiempo.

Considero importante poder interrumpir los relatos cuando refieren a cuestiones anecdóticas, hechos históricos, opiniones sobre otros o respuestas a relatos de compañeros, focalizando en que sea palabra sentida y de la propia vivencia.

Para cada uno la imagen interna del movimiento, de la

palabra de los compañeros (entonaciones, humor, cadencia) también es una fuente de aprendizaje y refuerzo de la propia autoestima por lo que se representa para los demás.

Así, cada tanto me resulta interesante proponer la calificación a los compañeros (que aprecio en vos, que aprendo de vos, lo que me gusta de vos, etc - a 1 de la ronda, al de la derecha, en red, etc) con consignas bien específicas para evitar los consejos y las críticas constructivas (asesinatos ontológicos, en palabras de Rolando Toro); así como invitar a agradecer al que me permitió algún aprendizaje específico. Como el resto de danzas hay que proponerlas con cierto grado de progresividad y con el permiso de abstenerse y celebrar lo posible, en cada participante y en cada momento.

En algunos casos me resultó útil invitar a entrevista individual (cuando alguien se abstenía durante un cierto tiempo, por ej.) y en otros casos abandoné en la energía del grupo y/o en la necesidad de aceptación del participante lo que como facilitadora no lograba con intervenciones o en las entrevistas individuales.

En todo caso Biodanza es un sistema de autopedagogía con efecto terapéutico por lo que los facilitadores cumplimos nuestra misión al facilitar que cada uno pueda descubrir las propias respuestas. No estamos para dar respuestas, más si para informar y colaborar en que los participantes se den permiso a danzar su vida. Nuestra tarea es invitar a DANZAR y nuestras respuestas en el mejor de los casos aparecen en forma de consignas que cada participante danza.

Como facilitadores de Biodanza creo que asumimos un desafío existencial al evaluar la evolución del movimiento y de la palabra de cada participante de los grupos que facilitamos. Y nuestra destreza se va expresando en las consignas, secuencias de danzas y clases con la progresividad necesaria que permita a cada participante ir desplegando sus cualidades de movimiento y su palabra sentida.

Creo que facilitador y facilitados somos pares existenciales con roles diferenciados, *somos parte del grupo y las dificultades en la facilitación nos tiene como partícipes*, por lo que considero importante supervisar con *Didactas de confianza o covisionar con colegas de experiencia para definir intervenciones oportunas y adecuadas.*

Solo precisamos recordar

Estela Gariboglio

La Vieja Sabia (Tarot Madre Paz, Vicky Noble), lectora de trascendencia se sumerge en la cueva a encontrarse con su sabiduría para después compartirla y construir el conocimiento junto a otros. En el Tarot Tradicional y en el Biocéntrico (Silvia Eick) El Gran Ermitaño.

Transitamos este año 9 (2+0+1+6). Este Arcano nos conecta con las encrucijadas y los puntos de bifurcación de los caminos, grandes decisiones, pequeños actos, grandes saltos se gestan y florecen, despiertan... Sólo precisamos recordar.

“...Cómo podríamos alcanzar la perla simplemente mirando el mar? Es necesario sumergirse para encontrarla...”

Rumi (1207-1273)

Para que emerja el/la facilitador/a en mí necesito habitar cada rincón, descubrir el claroscuro, las luces y la densa oscuridad de la selva interior, deseada y temida. Profundidad donde bucear es un regalo para trascenderse, ampliar la frontera de acción y capacidad de sostén, indispensable para que nuestra fuente sea inagotable. Las vertientes más impensadas e inesperadas nutren las raíces de lo arcaico abriéndose paso la expresión...y el milagro acontece real y mágicamente...y la voz se habita de vivencia. ..y se oye poesía única!

“Al vivir en la Matriz Divina, somos artistas expresando nuestras pasiones, temores, sueños y deseos más profundos a través de la esencia de un misterioso lienzo cuántico. Pero nosotros somos el lienzo, al igual que las imágenes en el lienzo. Somos las pinturas y también los pinceles.”

Greg Braden, La Matriz Divina

Cada uno de nosotros traemos el texto inédito. Transcribimos las Sagradas Escrituras de puño y letra dejando constancia a la humanada* de nuestra danzavivencia .

En estos tiempos fértiles los humanos ya vibramos en frecuencias más sutiles, conscientes y ávidxs de vida vivida vivxs y si no cambiamos nosotrxs mismxs no podemos cambiar el mundo, en palabras de Rolando Toro.

Empezamos por casa, creando ambiente sustentable, tomando los recursos, donando mis atributos. Paradx en el amor y no en el miedo para decidir cuál es el camino que tiene corazón, donde habita mi Vieja Sabia o Gran Ermitaño, generando la menor cantidad de “basura” posible.

Entrar en la cueva es entrar en el aquí-ahora, vivencia profunda de ser, momento pleno de sentido.

Biodanza desde las Neurociencias...

«...Sistema de aceleración de procesos a niveles celular-metabólico-neuroendócrino-psicológico existencial...»



mediante vivencias inducidas en ambiente enriquecido con interacción de estímulos con repetición por un período de tiempo..»

Rolando Toro

Y TODOS somos UNO y soy UNO con el TODO ...

Respiro profundo, es inmenso! ...me hago un matecito y vuelvo a pensar en esto en un ratito nomás. Pongo la pava, la yerba en el mate, mi mate. Lo empiezo con agua tibia y espero que “hinche”...no puedo decir cuánto tiempo lleva este ritual...lo voy probando ...cada vez que levanto la pava viajo ...abuelxs ...madre...padre... preparando un matecito ... conexión placerosa de estar consigo mismx en la cueva y también de matear contigo y compartir el texto ...ufff que eterno este instante!

Este año cada unx podrá encontrar la Llave Maestra para entrar-nos... y compartirlo ...y celebrarlo!

Biodanza es solo una herramienta para que recordemos.

Agradezco hoy la posibilidad de acompañar personas desde la Escuela, en ese proceso de Renacimiento permanente, como partera y doula (del griego mujer que acompaña partos), adaptado a mi requerimiento persona que acompaña y facilita el nacimiento, promoviendo un ambiente enriquecido.

Y en ese mismo proceso, infinito espejo, me acompañan ellxs en mi nacimiento permanente, proceso que va desde el caos a la armonía...dando luz a umbrales de mayor integración.

“Nacer con dignidad es un derecho...” reza la canción uruguaya Bienvenida la Vida.

Para ser facilitador/a de pura cepa es preciso ser puro Ser.

**Humanada: manada humana , término acuñado por Facundo Gonzalez*

¿Y qué esperas para reunirte con otros profesores de Biodanza?

Grupo de profesores de Biodanza de Córdoba

La Experiencia Cordobesa

Al finalizar la formación de profesor de Biodanza, pasando por la experiencia de supervisiones y presentación de monografías, un profesor recién recibido se encuentra con el hermoso desafío de formar y mantener un grupo, esa experiencia única, a veces maravillosa, otras aterradora, que realmente nos convierte en profesores. Es en el hacer, en el ejercicio de ser profesor en que uno se va convirtiendo, se va realizando en un facilitador, junto al desafío de continuar formándonos, sistematizando la tarea, contribuyendo a nutrir la teoría en algunos casos.

Este desafío muchas veces se encara en solitario, sintiéndonos solos ante las situaciones que el grupo de Biodanza nos depara, frente a las dudas sobre ejercicios, curvas, progresividad, etc. ¿Cuántas veces nos hemos preguntado si tal o cual ejercicio lo estamos haciendo bien? Y miramos hacia nuestras Escuelas buscando un apoyo que muchas veces se percibe como insuficiente, o hacia la IBF preguntándonos por qué no existe una Asociación a la cual podamos acudir.

Todo esto nos llevó a un grupo de profesores de Córdoba a decidir reunirnos sin esperar más que alguien lo haga por nosotros. La propuesta fue reunirnos una vez por mes, para intercambiar nuestros saberes, poder compartir nuestros desaciertos y nutrirnos mutuamente con contención y cariño. No tuvimos otros objetivos más que estos y sentimos que eso ha sido un gran acierto. Buscamos algo simple y concreto, la vivencia de compartir aspectos teóricos y metodológicos, de encontrarnos con miradas inocentes, dando forma en este hacer al espíritu de cooperación al cual habíamos anhelado. Para las reuniones serían gratuitas, buscamos un espacio gratuito y neutral para poder realizarlas sin aportes extras de parte de los asistentes.

La primera reunión nos enriqueció de manera insospechada, llegaron profesores de todas las Escuelas de Córdoba, y la pregunta que surgió y se repitió en forma cruzada fue “¿y ustedes como es que hacen?”. El descubrir que hay muchas formas, algunas diferentes, otras más concurrentes nos enriqueció, escuchando con espíritu abierto, sin juzgar, haciendo comparaciones, pero no definiendo cual era mejor ni peor, sino viendo cual fue la experiencia y el resultado de cada forma. Esto nos animó a comenzar a reunirnos cada mes.

La experiencia se viene repitiendo mes a mes, a veces somos más, otras veces somos menos, pero lo que buscamos no es la cantidad de personas sino la calidad del encuentro, el poder compartir nuestro corazón y conocimiento a manos llenas, sin importar la Escuela en la cual uno se haya formado, sabiendo que la diversidad de los modos de cada Escuela nos nutren y no nos separan, aceptando la diversidad que cada mirada aporta, el poder abrimos sin temor “al qué dirán” planteando los problemas y situaciones grupales de cada quien y apoyarnos mutuamente.

Una forma de llevar a cabo estas reuniones y que nos ha dado buenos frutos es la siguiente:

-Tener un tema guía para abordar cada reunión, un tema principal sobre el cual trabajar, permitiéndonos de ante mano llevar material y dudas para compartir.

-Trabajar con la escucha activa y la participación de todos, y si el grupo es grande y alguien sabe llevar adelante un círculo de cultura, trabajar con esa metodología.

-También plantear dudas concretas adicionales al tema principal si el tiempo lo permite.

-La reunión no dura más de dos horas y media, como mucho.

-Al final de la reunión los presentes definimos la fecha y el tema de la siguiente reunión y después invitamos a los profesores conocidos a que participen.

Queremos invitar a toda la comunidad de profesores a realizar estas reuniones, a este compartir de manos llenas en cada ciudad o región. Nuevamente, no importa si son dos, tres o cincuenta los profesores que se reúnen, sino llegar con el corazón abierto para encontrarnos con alguien como nosotros que sintió el hermoso llamado de transformarse y transformar este mundo en un lugar mejor, mensaje que tan bien definió Rolando Toro en esta frase:

“Sueño con una humanidad que se abraza y se besa con alegría de vivir, donde la soledad no existe como sentimiento, donde cada uno reconoce la sacralidad del otro. Un mundo donde poder conectarnos a través de la mirada, el abrazo y el movimiento natural, ya que el cuerpo habla en forma más elocuente que las palabras.”

¿Podemos los profesores también abrazarnos y besarnos con la alegría de vivir, reconociendo lo sagrado del otro, en donde las diferencias del otro me enriquezcan en vez de separarme, y por lo tanto honrarlo y aceptarlo? Aquí en Córdoba algunos creemos que sí.



Primer libro sobre Neochamanismo en Biodanza

Queca Sara Barnatán

Wayra Nuna (Nombre espiritual)

Fragmento del libro “Volver a la Esencia del alma” Arte Ritual desde las Culturas Iniciáticas

Volver al Origen, es llegar a la esencia de nuestra alma, a la conexión más sublime con nuestro corazón... Volver a la naturaleza, a los rituales, a lo simple y profundo de la vida; redescubriendo nuestros dones, talentos y sueños aún por despertar... Sanando nuestras heridas emocionales y abriendo caminos a los que se atreven a conquistar su propio despertar espiritual.

El aprendizaje del **Arte Ritual Iniciático** se da cuando comulgamos con el mundo invisible de los espíritus guía y con el mundo visible que nos rodea; con fe, desapego y “conciencia de incertidumbre”. El ritual de agradecer en el día a día el milagro de la vida y transmutar lo profano en sagrado. Cuyo valor es la alegría del Ser en plenitud, transitando “nuestros propios mandatos”, sanamos nuestro linaje. **“Ser feliz, es vivir en coherencia y esa sabiduría está en nuestro cuerpo.”**

La red electromagnética que nos vincula con el Universo son nuestras relaciones afectivas. El valor esencial es la aprender a expresar nuestras emociones a través de la danza de la vida y del ritual de nuevos hábitos, que nos sana y nos conecta con la esencia del amor.

Neochamanismo en Biodanza

Cuando expresamos Neochamanismo en Biodanza, articulamos en cada sesión la Esencia Vivencial de la Biodanza, en conexión con los *Rituales Simbólicos*, vivenciando cada participante su propia Iniciación en el sendero del **Chamán Interior**.

¿Qué es un chamán?

El chamán es aquel que se atreve a desafiar sus propios miedos y límites, transmutándolos en sabiduría y aceptación. Compartiendo su medicina con la comunidad. El chamán sabe que la muerte cabalga a su lado como un perro fiel. Está presente, y confía en cada paso que se bifurca, tomando decisiones espirituales que emergen del corazón. “La única certeza del chamán es el Principio de Incertidumbre”. Cada uno de nosotros nos volvemos sanadores cuando aprendemos a dialogar en intimidad, con nuestras propias células y órganos que habitan en nuestro cuerpo. El camino es un laberinto existencial interconectado en el campo cuántico de todas las posibilidades!

El **Neochamanismo** es un conjunto ecléctico de danzas, rituales, cánticos, técnicas vivenciales y sonidos que armonizan y sanan al hombre y su entorno.

La práctica se hace por medio de la conjunción de las cosmologías iniciáticas; tanto occidentales como orientales. **El Arte Ritual** nos permite entrar en la simbología de las creencias del mundo invisible y del mundo visible; aprimorando la conexión entre uno mismo, el Gran Misterio y la Vida en todas sus manifestaciones. Esto incluye la



sanación del cuerpo, de las emociones, de la mente y del espíritu; redimensionando nuestros vínculos desde el camino del corazón.

A través del viaje chamánico, en conexión con el pulso del tambor, se logra expandir la conciencia, abrir el corazón, vivenciar la sanación trascendental y atemporal, en que se experimenta lo divino y conectar con nuestra identidad álmica por medio de un viaje multidimensional. El corazón es un puente entre el cielo y la tierra.

El viaje del tambor nos lleva a la conexión con nuestros ancestros, a redescubrir nuestro animal de poder (Nahual) y vibrar su energía, la cual nos habita, la guía sonora del tambor permite a las personas acceder a su psicomitología que favorece a la sanación.

El inicio del regreso a casa...

Este es el inicio de un largo camino a casa que vamos construyendo día a día, recreando nuestra existencia vulnerable y fuerte, que nos anima a trascender, con humildad, los apegos de una estructura de personalidad moldeada por el *deber ser*. La Luz de nuestra esencia divina puja por renacer como el Ave Fénix. Este proceso de conciencia de renacimiento nos permite desprendernos del Ego. Moldeando a imagen y semejanza, nuestra divinidad en la conciencia de lo absoluto.

Tanto en la disciplina vivencial metodológica de **Biodanza**, como en la expresión de **Neochamanismo**, es necesario **poner el cuerpo para sanar**. Las personas se enferman cuando se desconectan del acontecer espiritual y quedan atrapadas en la sombra del ego; este proceso nos permite conectar con el observador interno, ya que el ego separa y divide. Nosotros creamos nuestra realidad a partir del despertar de la conciencia y de sanar nuestra historia personal. Las cosas no son como las vemos, sino que las vemos como somos. **La articulación de Biodanza y Neochamanismo, facilita el empoderamiento de las personas en la toma de conciencia cotidiana a través de la Vida Ritual, como valor trascendente de la existencia humana.**

Volar siendo un árbol: danzando los potenciales del hombre eterno

Sylvia Briceño Aranguren (Padma)

En el año 2008 comencé a asistir a un grupo regular de Biodanza como preparación para un largometraje documental que estaba por dirigir en el cual íbamos a acompañar a un grupo de facilitadoras de Italia y Venezuela a llevar la Biodanza a una Casa Hogar y Escuela en el Sur de India.

Gracias a este documental tuve la bendición de conocer a Rolando Toro Araneda, a quien entrevistamos en Italia, antes de viajar a la India. Nunca olvidaré cuando me dijo: “Yo quiero mucho a todas las personas, pero las quiero de verdad, porque les veo el alma”. En ese momento agregé, mientras movía sus brazos hacia adelante en forma ondulante, que él se sumergía en el alma de las personas.

Todas las experiencias que vivimos durante la realización de documental “Volver al Amor” me hicieron comprender que la Biodanza más allá de una práctica de desarrollo personal, era una forma de ver y vivir la vida que resonaba totalmente con mi esencia. Fué así como un tiempo más adelante decidí formarme como facilitadora.

Desde hace 8 años, primero como practicante, más adelante como alumna en la Escuela Venezolana de Biodanza Caracas y ahora dando mis primeros pasos como facilitadora, he transitado un camino gozoso de auto-descubrimiento e integración que me ha permitido a mis 52 años encontrarme experimentando una nueva versión de mi misma que se manifiesta a través del arte en una fusión en la que he logrado integrar el lenguaje audiovisual (en el cual me he desarrollado profesionalmente por más de 25 años) junto a formas de comunicación nuevas para mí como el lenguaje poético el cual se despertó durante el proceso de formación como facilitadora de Biodanza.

En la Maratona de Creatividad, luego de haber experimentado nuestra capacidad de creación a través del canto, la danza, la pintura, el agua y la arcilla, Nelson Galante nuestro director nos pidió que escribiéramos en lenguaje poético lo que habíamos vivido ese fin de semana. Me llamó la atención como al escribir en estado de trance

surgían de forma automática un torrente de palabras, siendo yo la primera sorprendida de lo que allí se estaba revelando.

En ese momento, ya terminando nuestro ciclo de Maratonas de Escuela, yo aún debía la mayoría de los relatos de vivencia de casi dos años de formación, los cuales eran requisito indispensable para poder cursar las Metodologías. El reto que tenía frente a mí era como una labor titánica, tenía que resolver en corto tiempo, lo que no había hecho en más de dos años. Además no sabía si sería capaz de recordar todo lo vivido. En busca de una salida, tome mi carro y me fuí con Lucky (mi hijo perro) lejos de la ciudad a nuestra casa de campo en busca de silencio y contacto con la naturaleza, para poder entrar en mi interior, recordar y transmitir en palabras las vivencias que más me habían marcado en mi proceso de integración a través de la Biodanza.

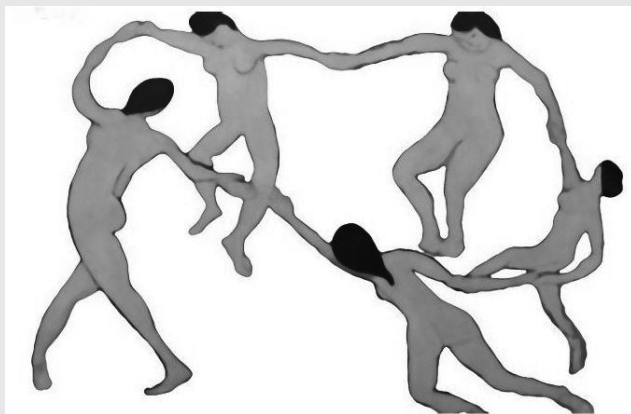
Lo primero que hice fué pasar a la computadora lo que había escrito en un papel en la Maratona de Creatividad, al hacerlo me di cuenta que no era un texto corrido, eran una serie de poemas perfectamente diferenciados a los cuales fuí poniendo nombre uno a uno, mientras los transcribía. Entonces algo sorprendente sucedió, a partir de allí comencé a escribir los relatos de vivencia, en el lenguaje poético que seguía surgiendo. Se revelaba ante mí, una forma más sutil de comunicación, más cercana al alma, la cual me daba la posibilidad de explicar lo inexplicable, lo que en dos años de formación no había podido escribir. Gracias a este nuevo lenguaje pude poner en palabras durante ese fin de semana, más de dos años de vivencias, que a medida que iba recordando revivía con mucha intensidad. Estaban en la memoria de mis células, de mi piel, brotaban de mi SER para llenarme de asombro al mostrarme lo que había sido el desarrollo evolutivo de mi identidad, lo que hoy identifico como el despertar de mi “Conciencia de Grandeza”.

Hace unos meses llegué a vivir a Argentina junto a mi hija Suria, respondiendo a las preguntas básicas de Biodanza de ¿dónde quiero estar?, ¿con quién? y ¿haciendo qué? Acá tuve la oportunidad de presentar recientemente para Titularme en la Escuela de San Antonio de Areco la

Es acá
que siento el hambre y el hueco infinito de la soledad.
Aca, es acá
donde hincó los dientes a la fruta prohibida en el aire
y se desarma y se apura
como una llamada de tambores en la luna
y de fuego que quema el pelo viejo.

Bailo y es acá donde la danza raspa los dedos
y se relame la cabeza de tanto pensar.
Es acá, sí, no lo dudo,
donde vive el movimiento y la quietud.

Julieta Mazzilli





Elogio de la danza

Carlos Pagés

Alguna vez leí por ahí que Heidegger, tal vez emulando las costumbres milenarias de los derviches, acostumbraba pensar caminando en círculos. Según parece, otro cultor de la reflexión en movimiento era el escritor británico Brian Aldiss, quien solía crear la estructura argumental de sus cuentos deambulando erráticamente por la casa, bajando escaleras y atravesando el parque. Cuentan que su concentración durante la travesía era tan intensa, que si alguno de los habitantes de la casa le hablaba, Aldiss perdía por completo el hilo narrativo. Fue así que, para no ser interrumpido durante su marcha, comenzó a ponerse una gorra roja como señal de que estaba sumergido en sus pensamientos.

Lo cierto es que hoy por la tarde, después de leer unos artículos que tenía arrumbados, comencé a redactar una respuesta a un comentario que leí en internet. El texto implicaba aspectos teóricos, y aunque tenía ganas de escribir no podía organizar bien las ideas, y me fui perdiendo de a poco entre los conceptos y las palabras. Como no le encontraba la vuelta y estaba empezando a cansarme de repetir clichés, decidí que era hora de largar el teclado y ponerme a cortar el pasto de la vereda, que amenazaba convertirse en jungla.

Yendo y viniendo de aquí para allá con la cortadora, recogiendo el cable a medida que avanzaba y medio extraviado en el zumbido que hacían las cuchillas al segar el césped, comencé a pensar con mucha más claridad. No intentaba hacerlo, simplemente ocurría, naturalmente. A medida que cambiaba de trayectoria aparecían nuevas ideas, y de pronto sentí el loco impulso de entregarme a la danza. Lo asocio a la locura porque si bien estoy bastante curtido en esto de bailar en público, no pude superar el pudor de hacerlo en la vereda, a la vista de los vecinos conservadores del barrio, para quienes ya soy bastante singular en estado de reposo. Como atardecía y corría una suave brisa, fingí acomodar los largos brotes de la retama del cerco, le di la espalda los mirones, cerré los ojos, y me abandoné a sentir la brisa en la piel y las hojas en las manos. Estaba sumergido en la pura sensación cuando empezaron a aparecer todas las ideas juntas, ordenadas en un discurso perfecto, fluido, preciso, elocuente. No tuve más que subir al escritorio, sentarme al teclado y tipearlo, como si alguien me lo estuviera dictando en el oído.

Después de escribir el punto final, volví a la cortadora y la vereda. Pero ya no había ideas ni palabras, sólo aroma a pasto húmedo, y una luna que asomaba tímida por encima de un farol apagado.

propuesta creativa que llame “Volar siendo un árbol: danzando los potenciales del hombre eterno” y que tiene su origen en esos relatos de vivencia.

Esta propuesta artística multimedia, me permitió integrar el lenguaje audiovisual (fotos, videos, slideshows) y elementos teatrales junto a el lenguaje poético para compartir lo que fué mi proceso de integración durante mi formación como facilitadora de Biodanza, bajo la perspectiva del último aporte (en mi sentir el broche de oro) que nuestro amado Rolando Toro Araneda legó al Sistema Biodanza: el Inconsciente Numinoso.

Para Rolando Toro el Amor, la Iluminación, El Coraje y el Intasis son los pilares fundamentales del Inconsciente Numinoso, también son vistos como los potenciales del “Hombre Eterno” que está en cada uno de nosotros. A lo largo de mi formación, en la profundidad de las vivencias re conecté con el Inconsciente Numinoso y las fuerzas que lo nutren impulsando la evolución humana.

“Volar siendo un árbol” es una mirada muy íntima que desde el lenguaje artístico, busca reflejar como vivencié la Epifanía del Amor, reconocí mis Luces y mis Sombras, contacté el Coraje para transformarlas y viajé a mi interior, hacia mi esencia para experimentar el Intasis.

Luego de presentado en la Escuela de San Antonio de Areco el próximo reto creativo fué buscar la forma de compartir todo el contenido de mi Trabajo de Titulación con la Escuela Venezolana de Biodanza donde me formé, y que además quedara disponible como un aporte a la familia de Biodanza.

Página Web:

<http://padmakalyaana.wixsite.com/volarsiendounarbol>

SABERME SOY, ESTOY

en el silencio de la verdad,
en el vacío de la creación.

Al **ABSOLUTO** vengo

a beber para reencontrarme,

huyendo de la confusión del no saber...

del no **SABERME** ...

La ternura en la intimidad del hogar

Marina Preiss

“Cuando soñamos, somos como los dioses, pero cuando reflexionamos, somos como los mendigos”. F. Holderlin

En Biodanza, aprendí a elegir la ternura como sustrato de vivencias cotidianas. En la intimidad de los vínculos, en mi hogar, con mi familia, entre mis amigos, en mi trabajo, con mis vecinos, cuando hago un trámite, y más...

“El acto de vivir se torna éxtasis poético”. Rolando Toro

El acto de vivir es cotidiano, está en cada hecho de nuestro diario vivir: al acostarnos a dormir (solos o acompañados); cuando preparamos nuestros alimentos, para nosotros y para compartir con los que están o con los que nos sorprenderán con su presencia...

“El amor infinito, la soledad, el sentimiento de vivir libre del determinismo racionalista, constituyen la inteligencia poética”. R.T.

Cuando recuerdo y vivo la ternura como fundante de mi creatividad existencial, también está en el cemento de las paredes, en los marcos de las ventanas, en los alimentos que cocino, en el fuego como centro de reunión en el invierno, en la naturaleza que nos contiene en mi hogar, revelándose en cada instante para que lo sagrado no se vuelva común.

“El punto de partida de esta aventura poética es la vivencia de contacto sutil, en la que se hace posible que la

existencia del otro se manifieste como fenómeno único e irrepetible en el universo”. Eliane Matuk

“El otro deviene poesía en las palabras de quien lo ha visto y se ha emocionado ante esta visión”. R.T.

Esa mirada elijo, ejercito, para mirar a mis hijos, a mis nietos, mis alumnos, mis amigos, mis vecinos, y más.

“Entre el pensar y el poetizar hay un abismo que sólo pueden atravesar ciertas personas que se han forjado en el abismo.

La percepción poética surge en el estado de gracia, como en los niños, al encontrarse con lo maravilloso, lo sagrado, y lo esencial.

La poesía es una manera de ver el mundo, un modo de sentir la existencia, reconociendo en la realidad cotidiana un sentido imprevisto relacionado con el ser y el tiempo.

El poeta crea un mundo o lo revela en sus características esenciales.

El poema alcanza estados cercanos al éxtasis, trascendiendo al hijo de la razón, el poeta accede a una razón diferente en la frontera del absurdo, en la complejidad de la paradoja, donde lo imposible se encuentra con lo posible. El infinito con el límite y el ser con la nada. El poeta conoce el dolor, el éxtasis, el infierno y el cielo, lo visible y lo invisible”. R.T.

Me cuido de que el tedio le gane al asombro y los miedos al milagro.

EL POEMA SOMOS NOSOTROS

Bárbara – Gabriel
Hijos
Hombre y Mujer
Vínculo que se transforma a sí mismo
En el que cual pintores de realidades
Fluimos, mutamos, brillamos,
nos opacamos, nos coloreamos
Entre paletas de colores
soñadas con el soñador de la
VIDA.

1. Extraído del libro La inteligencia afectiva de Rolando Toro, cap. “La inteligencia poética”.



La voz emerge

Mariela Furman Cauchaner

Mi voz encontró el qué

Cuando era niña en mi casa todos hacían música. Era habitual en las celebraciones, en los cumpleaños y en las fiestas de fin de año. Bastaba con que alguno de mis hermanos o mi papá se animara y tomara la guitarra para que la familia comenzara a cantar.

Mis hermanos (somos cinco, yo soy la menor) y mis padres se veían muy cómodos cantando y tocando, era evidente que disfrutaban, en cambio yo no me atrevía a cantar más que en voz bajita, casi evitando que se notara. No entonces mal ni desafinaba pero la vergüenza se interponía como un obstáculo, de hecho, me vinculé con la música desde muy pequeña pero sólo cantando en la soledad de mi habitación o frente a alguna amiga muy cercana.

Años más tarde, alrededor de los diecinueve años, me enamoré de un músico.

Fueron once años de amor y música.

Me compuso un sinfín de canciones y yo disfrutaba de cada melodía y de cada sonido, pero tenía una sensación contradictoria entre el disfrute de ser su musa (como él me llamaba) y no formar parte activa de sus canciones.

Realmente lo que me pasaba es que yo también quería cantar. ¡También quería poder expresar lo que sentía usando mi voz!

Poco a poco comencé a mostrarme y compartí con él mi pasión por la música. Me animé a revelar mis aptitudes musicales, sobre todo en el canto. Paulatinamente fuimos compartiendo esa enorme pasión desde “el hacer”.

Paralelamente me formaba como psicóloga y, si bien era una elección que me gustaba, no me apasionaba tanto en ese momento. Hoy es una profesión que me hace muy feliz y que ejerzo con gran placer.

Mi voz encontró un dónde

En el año 2010 retomé Biodanza luego de algunos años. Fue en ese retorno que me conecté fuertemente con la fuerza de mi voz y de mi *Ser* musical. En el año 2012 comencé la formación como facilitadora de Biodanza en la escuela de Abasto de Buenos Aires.

La participación del grupo regular, las maratonas de escuela y mi terapia psicológica fueron fundamentales para mi desarrollo y evolución personal. La combinación de estos espacios me brindó las herramientas para escucharme, mirar hacia dentro, reflexionar sobre lo que me limitaba y atemorizaba e ir entendiendo mis inseguridades, de dónde provenían, y así poder hacerles frente.

No puedo dejar de destacar que la Biodanza fue un espacio imprescindible para conectarme con ese sonido interior, con mi ser más salvaje; me permitió escuchar más mis intuiciones, ir superando mis miedos, animarme a pararme y sacar mi voz genuina.

Luego de cada módulo de escuela a la que asistía, sentía que salía distinta. Algo en mí se iba despertando, aclarando, visibilizando. Me sentía más capaz, más segura, más



enfocada y feliz porque todo ese proceso estaba ayudando a realizar mi deseo: **sacar mi voz**.

Poco a poco sentía que todo mi cuerpo se involucraba al cantar: mi canto se iba haciendo danza y mi danza iba potenciando y nutriendo mi canto. Así, fui ganando seguridad y encontrando mi propia voz. Con varias maratonas de escuela en el cuerpo, y con la experiencia de cantar en distintos espacios: canté en el subte por varios meses, fui corista de una banda, canté en cumpleaños, casamientos -entre otros- finalmente sentí el deseo de hacer música en vivo para Biodanza teniendo como foco la exploración de la voz y de los sonidos del cuerpo. En el ámbito que yo conocía, no había muchas propuestas de clases con música en vivo así que le ofrecí a mi facilitadora hacer una en nuestro grupo y aceptó. Por primera vez canté y toqué, junto a otros tres músicos, para una vivencia de Biodanza. La hicimos entera con música en vivo y fue increíble lo que allí sucedió. Los participantes quedaron fascinados, me decían que había sido una experiencia única, que el sonido de los tambores en vivo les había generado mucha exaltación y que la voz para las danzas más regresivas había sido muy poderosa. De ahí en adelante sentí un fuerte llamado a explorar en esa dirección.

Mi voz encontró un cómo

Rolando Toro definió la Biodanza como “*Un sistema de integración humana, de renovación orgánica, de*

Amores y compañías

Román Mazzilli

Amo la biodanza.

Es una propuesta profunda, sensible, transformadora.

Es una puerta de entrada al encuentro, al misterio, a la ternura.

Amo sumergirme en las vivencias que sus danzas y ejercicios proponen y amo facilitar clases y talleres.

De mis actividades es, hoy por hoy, la que mas plenitud me dá.

Y así como la amo, también se que no alcanza.

No porque le falte algo, sino porque para colocar la vida al centro, para defenderla, para desplegar nos como humanos en este planeta y sobre todo en este mundo, necesitamos de otras herramientas y de otros haceres también.

Por eso amo la política.

Por eso amo el arte.

Por eso amo los oficios artesanales.

Por eso amo la investigación científica.

Por eso amo el conocimiento intuitivo y encantado.

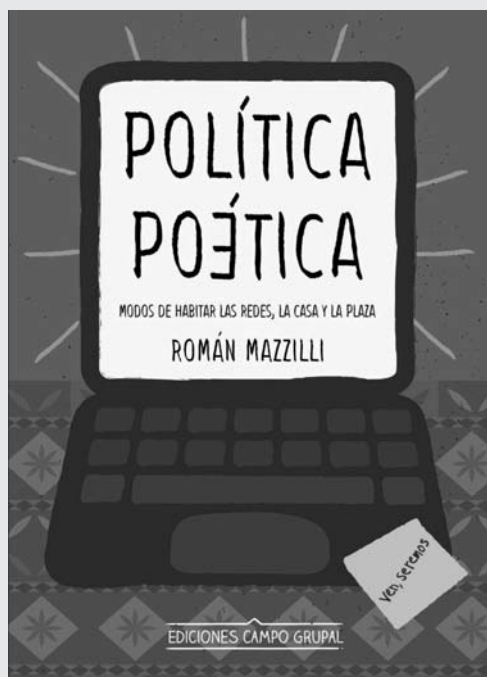
Por eso amo las prácticas chamánicas.

Por eso amo las apropiaciones rebeldes de la tecnología.

Amo la biodanza.

Pero no me gusta verla solita.

(De "Política poética. Modos de habitar las redes, la casa y la plaza")



reeduación afectiva y de reaprendizaje de las funciones originarias de vida. Su metodología consiste en inducir vivencias integradoras a través de la música, el canto, el movimiento y situaciones de encuentro en grupo". Biodanza es un sistema que ya en su definición incluye el canto. Sin embargo, en los años de práctica en grupo regular y en el proceso de formación como facilitadora de Biodanza recuerdo haber cantado sólo en muy pocas ocasiones.

Esto siempre ha sido una interrogante y al mismo tiempo un desafío que me invita a seguir explorando esta línea de trabajo.

Con el ánimo y el deseo de seguir profundizando en el uso de la voz y de los infinitos sonidos del cuerpo, realizamos, junto a colegas, varias clases con música en vivo y voz. Armamos un taller llamado "Tu cuerpo es música", participé cantando en talleres de Biodanza en Chile (mi otra patria) y cada clase me reforzaba la idea del poder que tiene sacar la voz. A su vez, las devoluciones de los participantes posterior a cada clase y/o taller me reafirmaban la idea de que trabajar con la voz y el canto como expresión vital, era algo muy potente, liberador y sanador. Lo había sido para mí y por lo tanto sentía que tenía algo para dar. Así fue como decidí que el tema de mi monografía sería *la voz en Biodanza*. Explorar y encontrar nuestra propia voz, acceder a ella y reconocer ese canto que palpita en nosotrxs.

Actualmente seguimos realizando clases con música en vivo enfocándonos en la voz y cada vez me convengo más de lo poderoso y profundo que es ir reconociendo el vínculo que tenemos con la propia identidad sonora: ¿Somos nuestra voz? ¿Nos reconocemos en ella?

Pronto vamos a realizar un taller que se titula "la voz emerge", taller en el que propongo reconocer este vínculo, re-descubrir, despertar y sembrar una nueva mirada sobre esta relación. Retomar el origen de nuestra voz/canto, liberar ataduras, darnos permiso y, a partir de lo develado, reconocer cómo incide en nuestra expresión vital. Facilitar el descubrimiento de un potencial que, la mayor parte de las veces, desconocemos y que, sin embargo, está dentro de nosotros.

Propongo un trayecto progresivo: *Sonidos exploración / voz cantada / voz hablada*. De lo primitivo a lo reflexivo. Explorar lo intuitivo, animal e instintivo inherente en nosotros y cómo, inmersos en el sistema en el que vivimos y la historia personal que traemos, vamos aceptando el silencio, naturalizando la omisión de quién somos y de mostrarnos genuinamente.

Encontrar en la voz cantada su textura, sus matices, su fuerza. Identificar sus potenciales y posibilidades, descubriendo al cantarín que tenemos dentro y ayudarnos a perder el juicio y prejuicio sobre él. Ir de a poco perdiendo el miedo al ridículo y el temor a la exposición buscando nuevas maneras de liberación. Recuperar el sentido de lo gregario y la pertenencia a la tribu. Volver al origen colectivo de la vida, honrando nuestras raíces y cosechando la voz grupal.

La voz y el canto son uno de los tesoros naturales de nuestro cuerpo. Cuando liberamos nuestra voz estamos liberando también parte de nuestro pasado reprimido y, de esta forma, contribuir a su sanación. Es por lo tanto, la expresión de la voz a través de la Biodanza una forma de volver a nosotros mismos.

Esta es la invitación.

La danza de la vida, otra forma de comunicarme



Marita Albarracin

“Veo la danza como una comunicación entre cuerpo y alma para expresar lo que está demasiado profundo para encontrar palabras”

Ruth St.Denis

Siempre me comuniqué a través del lenguaje verbal o escrito, pero aprendí a realizarlo de otra manera... DANZANDO.

La danza es la forma más antigua de comunicarse, se usa el lenguaje no verbal entre los seres humanos, expresando sentimientos y emociones a través de movimientos y gestos. Nos ayuda a expresar nuestra singularidad que es hermosa, pero no solo lo hacemos a través de una danza, también por medio de una caricia, un abrazo, un beso, una mirada, una melodía.

Y en ese camino que emprendí danzando, me envolvió la música de la persona que me marcó de adolescente, crecí vibrando sus canciones y sin esperarlo llegó la invitación de hacer biodanza con sus melodías, me sentí una privilegiada, una vez más Gustavo Cerati se hacía presente en mi vida.

Al llegar el día tan esperado, descalza me entregué y percibí que algo sobrenatural me desplazaba, sus acordes cubrían mi alma, me sentí fluir, a desculpabilizarme a la hora de expresar libremente mis sentimientos.

Desde un principio y en todo momento me sentí en contacto con él, ese día era su elegida, su mano me llevó a dar una vuelta por su universo y me entregué a su paseo sin importarme nada, solo disfrutar. En una de sus canciones dice “Mereces lo que sueñas” y en ese momento era merecedora de tanta magia soñada.

“Quién tiene un sueño tiene un camino” dice un Proverbio africano, así que soñemos y busquemos caminos

para realizar nuestros sueños.

En ese paseo me surgieron interrogantes: ¿qué podía encontrar en los ojos de otra persona? ¿Qué era estar viva? Y las respuestas llegaron solas: es todo...es la VIDA, son partículas de Dios. Es eso VIVIR, danzar entre lo oscuro y lo luminoso, elevando mi conciencia a los brazos de la música!

Me conecté con mi interior y el exterior, fue un contacto sagrado. Fue como un espejo donde el alma habló por medio los sentimientos corporales.

No es casualidad que a dos años de la partida del príncipe del rock esté escribiendo estas líneas, es mi homenaje al hombre alado que vuela diariamente en la Ciudad de la furia, y es parte de todos.

Gustavo fue el cantautor que valoró el poder del deseo, la potencia de los sueños y tuvo la capacidad de usar las palabras y los sonidos a la hora de comunicarse.

Mientras escribía me embargó la emoción y la alegría de sentir que la vida se abre camino por encima de todo a pesar de las limitaciones humanas.

Caminemos juntos descalzos, ligeros, atentos, relajados, íntegros, responsables, amorosos, abiertos y felices!

Los invito a dar una “Vuelta por el Universo” tomados de la mano y envueltos en los acordes del Maestro Gustavo Cerati...¿me siguen?

El derecho a ser feliz...

Orlando Gutiérrez

La Sala de Conferencias está cubierta por gente que ha decidido dedicar dos horas de su vida para escuchar a “un tipo” que hablará sobre “El Derecho a Ser Feliz... y Biodanza”

Comenzamos:

“Soy Orlando. Cómo están?”

Los cuerpos inquietos, algunos balbuceos, murmullos. Algunos tímidos “Bien”... con movimientos de hombros que parecen decir... “Sí, bien... *masomenos*...”

“Les puedo pedir una colaboración? (más movimiento inquietos): que levanten la mano a aquellos que deseen ser FELICES”

Se miran, levantan las manos con temor (de... mostrarse?); a poco, están mirándose unos a unos y “sonriendo” como si fuera una picardía.

“Otro favor: levanten ahora las manos quienes sienten que SE MEREcen ser felices”

La inseguridad y la incomodidad es mayor.

“Otro más: cierren los ojos –tranquilos! No pasará nada!- Les pido que busquen en sus recuerdos, en sus emociones... aquellos momentos EN ESTA SEMANA PASADA, que pueden identificar con claridad, sintiendo que en ESE momento... se sintieron felices. Registren dónde estaban... si estaban solos o con alguna persona u objeto en particular... si era en un ambiente o al aire libre... cómo era la iluminación... si había algún perfume u olor característico... qué colores predominaban... Vuelvan a sentir esa sensación de felicidad... lleven sus brazos como conteniéndose en un abrazo... disfrútense... y díganse a sí mismos... ME LO MEREZCO. YO ME MEREZCO SER FELIZ”. Abran lentamente sus ojos, siéntanse cómodos...

No es de extrañarse que algunos hayan permanecido con los ojos abiertos, sin saber que cuando están cerrados podemos “ver-nos” con más claridad, nuestra intimidad, a nuestro ser interior.

“Me permito pensar que algunos habrán encontrado varios momentos felices en esta semana pasada. Quizá otros hubieran necesitado más tiempo, otro ambiente, mayor privacidad. Pero, al menos, nos sirve para identificar que una cosa es tener “el deseo de ser feliz”... , otra: sentir que nos lo merecemos y, otra, que prestamos atención a esos momentos y que los registremos visceralmente, porque recordarlos nos generará una muy buena energía y “se nos notará” en la serenidad del rostro, en la manera que tengamos para comunicarnos, para manifestar nuestro afecto, para encarnar la vida.

Que de eso se trata, precisamente: de cómo encaramos la vida”.

Agrego: “Estoy seguro de que todos tuvieron y tuvimos momentos felices... pero ... el ritmo de la vida, la presión del trabajo, la cola en el Banco, el enojo en la Despensa, las discusiones familiares por heridas no cerradas o por cuestiones políticas nos envuelven con su energía “gris”, en la que no hay lugar para la luminosa, la que contagia alegría, la que nos genera sonrisas o carcajadas: la VITAL.

Pienso que la cultura nos enseña que “tenemos permisos para sufrir” y cuando queremos compartir algo agradable, satisfactorio, “debemos” dar explicaciones, relativizarlo.

La vida nos ha moldeado para convertirnos en personas adaptadas, y para “sentirnos satisfechos con nosotros mismos” debemos acumular cosas, relegando lo que verdaderamente nos hace felices.

Por eso es que les propongo que pensemos “Quién soy”.

Me baso en un ejemplo “posible”: Cena formal de negocios.

“Yo soy el Contador García”

“Encantado: Ingeniero López”

“Mucho gusto: el Dr. Fuentes, Médico”

“Un placer: el Dr. González, Abogado”

Y sigue la ronda. No aparecen los nombres, pero sí los títulos y los apellidos.

Esta podría ser la introducción. El lenguaje corporal seguramente marcará distancias, defensa del propio espacio.

Creo que vale preguntarnos: “Yo... soy UN TÍTULO?”

“Yo soy”. Presente del verbo SER.

Vale preguntarme y preguntarnos: “Soy un título... o TENGO un título?”

En el primer caso incorporo a mi esencia como persona, ese título, pero... en la intimidad, también “lo ejerzo” con mi pareja, con mis hijos, con mis afectos?

En el segundo caso –“Tengo” un título- , hay un espacio específico donde me puedo desempeñar profesionalmente en ese rol.

Fuera de ese espacio... Yo Soy....

¿Quién soy??

Cuando ya no importa la jerarquía social... quién soy?

Cuál es mi energía? A dónde me lleva? Qué es lo que surge en mí frente a un conflicto, una discrepancia, una dificultad?

No somos un título, ni un cargo, ni el titular de...

Tampoco “somos” una figura corporal, ni un portador en esencia de belleza, o fealdad.

Todos conoceremos a personas que creen que para sentirse aceptadas y queridas, deberían tener más o menos kilos, más o menos colores, más o menos propiedades.

Vestido o desnudo. Solo o acompañado. Sano o enfermo. Poderoso o sirviente.

“Yo soy lo que soy... no soy lo que ves”, nos ayuda Axel.

¿Qué tiene que ver Biodanza con esto?

“Biodanza es un sistema de integración humano, de renovación orgánica, de reeducación afectiva y de reaprendizaje de funciones originarias de la vida.

Su METODOLOGÍA consiste en inducir vivencias integradoras por medio de la música, del canto, del movimiento y de situaciones de encuentro en grupo”

Rolando Toro Aráneda, el creador.

También, como dice un admirado amigo¹:

“Biodanza es un camino de exploración interior y vinculación con los otros donde a través de la música, la danza y ejercicios de encuentro en grupo, se experimentan



múltiples revelaciones: sobre la belleza de uno mismo, sobre la belleza del otro, sobre la belleza del universo.

Es ante todo un Sistema de Florecimiento Humano que estimula entre otras cosas, la afectividad, la vitalidad y la alegría de vivir.

Es un espacio donde la danza actúa como un espejo que refleja el estado de tu identidad"

Biodanza es un regalo inesperado en mi vida.

Cuando ya tenía "todo resuelto" (glup!): familia, trabajo, rol social, me invitan a una clase abierta, y a partir de ella me permití sondear en mí mismo, en mis estructuras mentales, en mis esperables comportamientos, para llegar a sentirme más vital, más creativo, con vínculos afectivos más sanos y sanadores, aprovechando nuevos espacios, habilitado para disfrutar de lo que puedo, vinculado a los otros y a la vida misma en todas sus manifestaciones.

¿Que cómo fue eso?

Mi cuerpo había instalado complejos, hábitos de adaptación social, esperando...(siempre esperando) que los otros me dieran la seguridad de que "Soy".

En ese contexto me he movido casi con comodidad, y también con seguridad. Sabía qué decir, qué hacer, qué sentir (y qué NO sentir)

En aquel primer encuentro percibí en mí "algo". Muy poco a decir verdad. En aquellos tiempos yo buscaba, necesitaba palabras "claras", conceptos fundamentados.

Sin embargo, en lugar de eso, con músicas diversas, pocas palabras, permisos para mostrar (y mostrarme, sin máscaras, sin protecciones), asimilando que nadie me juzgaría, ni me corregiría, ni me indicaría UN camino como EL correcto, estoy aprendiendo a darme permisos.

Sólo eso (sólo ESO?)

Sentir, vivenciar, disfrutar y disfrutarme. Aceptar la ternura. Tentar nuevos espacios.

Me estoy sintiendo feliz por aceptarme como soy en el proceso permanente de ser cada día: curioso, inquieto, buceador, aprendiz permanente, con menos seguridades y mejores preguntas, amable, tierno... sabiendo que hay nuevas experiencias, nuevas vivencias para disfrutar de cada día, prestando atención a las personas y a las experiencias que me han permitido aceptar cada momento.

Siento, en lo más profundo de mi ser que ME MEREZCO SER FELIZ.

Y sé que cada encuentro de Biodanza me reaviva ese entusiasmo por la vida!

Condiciones de la entrega

Lilian Botaya

Entrega (definición): autodonación, ser con el otro, empatía, devoción, disponibilidad.

La entrega, en si misma, tiene formas y condiciones ambientales, externa e internas, para que se realice,

También podríamos hablar de tiempos y etapas.

Más allá de las condiciones en si mismas debemos profundizar en cuales son las características de la entrega:

- ¡Confianza - Serenidad - Honestidad con nuestras emociones - Conciencia de la que doy y responsable de lo que recibo - Dar y recibir, reciprocidad - Cuidado propio y del otro - Conciencia del propio límite - Ambiente seguro (aula de biodanza, facilitador íntegro)

En nuestra forma de vivir existen ilusiones que limitan nuestra intensidad de vivir (prejuicios, mandatos, estereotipos).

La vida está rasnformandose constantemente, somos parte de un impulso colectivo.

En la entrega, el trabajo, no tiene en si mismo una meta o finalidad.

Donde nos sumergimos en un hacer, sin importar tanto lo que debemos desarrollar sino la actitud con que se realiza, que si no es de entrega disminuye su calidad y profundidad.

La duda, es importante, aunque en la actitud de entrega, toda la energía, se alinea para prosperar....

Existe en las emociones una sabiduría intrínseca, es la expresión de la congruencia entre: Siento-pienso-hago.

Durante los últimos cinco años he profundizado en la experiencia de las similitudes y diferencias psicológicas (desde mi lugar gestáltico) y el sistema biodanza. La inmensa congruencia, entre el sentir, pensar y hacer, nos lleva a la salud plena, es la búsqueda de chaman, del iniciado, del buceador en las profundidades de su existencia.

La danza es la vía regia a esa entrada, así como los efectos deflagradores de la música.

Sin temor, con alegría, indago en ambas posturas.

Tengo la idoneidad y compromiso, para que "biodanza y psicología" encuentren más respuestas para la evolución afectiva, emocional, integrada de las personas.

El ejercicio vivencial de las danzas y el relato de vivencia coinciden en esta propuesta donde las personas vamos amalgamando nuestra psiquis y nuestra acción en el mundo, vamos soltando prejuicios, develando velos, acertando en vivir más livianos, más íntegros,

Comunicados desde el abrazo, desde el gesto, desde la expresión, brillando en los ojos, -espejo del alma- andando caminos amorosos como el sueño de Rolando!

Taller de escritura en el Penal N°1 de Corrientes Capital

Relatoría de experiencia biocéntrica

Esta relatoría dará cuenta de la conformación del taller y del equipo, del método de educación biocéntrica que se usó como marco didáctico, de la fundamentación del trabajo con la palabra que se usó como marco del contenido específico, de las actividades que se realizaron y de algunas de las producciones que resultaron.

El taller tenía como objetivo fortalecer la red autoconvocada Yahá Porá, que los internos generaron para mejorar la calidad de vida dentro del penal. Se trabajó con la escritura de textos propios y con la literatura durante cuatro meses, con frecuencia semanal, en la Biblioteca del Penal dependiente del Ministerio de Educación de la Provincia.

Junto con los internos, participaron del taller la bibliotecaria y el equipo de intervención que se conformó para realizarlo.

Además de las producciones de textos propios, el taller tuvo como resultado una profunda calidad en la vinculación que se expande cada día. Esto es posible desde una propuesta de participación igualitaria que propone desdibujar las fronteras de adentro - afuera, profesores portadores del saber - alumnos sin saberes, entre otras dicotomías binarias.

El espacio construido en conjunto por todos los que son parte, en círculo, posibilita una atmósfera de trabajo agradable y fecunda que se verifica en la continuidad del taller, coordinado hoy por sus participantes en ausencia del equipo de intervención. Esta característica, junto con la profundidad y alegría que se experimentan en la realización y se lee en las producciones, no sólo convierten a la experiencia en exitosa, sino que también permite pensarla en términos de categoría de evaluación.

¿Cómo se conformó el taller?

Desde Extensión Universitaria de la UNNE, filial Corrientes, Fernanda Toccalino, Coordinadora de la Filial Corrientes de Extensión Universitaria de la UNNE y de ahora en adelante Fernanda, e Hilda Presman, de La Red DDHH y de ahora en adelante Hilda, evaluaron la posibilidad de hacer una intervención en el Penal N°1 a través de un Taller de Escritura y convocaron a la tallerista de Extensión María Andrea Eirin. De ahora en adelante Maia.

Maia respondió que la intervención era ideal para aplicar la propuesta didáctica de la Educación Biocéntrica. La respuesta de Fernanda fue ¿qué es eso? Maia simplemente resaltó que “es un marco ideal para este tipo de intervención pero es necesario conformar un equipo”. Fernanda asintió dándonos permiso para conformar el equipo desde una confianza que agradecemos profundamente porque abrió las puertas para desarrollar esta experiencia.

El equipo sólo era posible armarlo convocando a los Educadores Biocéntricos de la Escuela de Biodanza Guacaras de Corrientes, que cuenta hoy con doce profesionales y está dirigida por Laura Del Piano, de ahora en adelante Laura.

Más allá de las formas y del protocolo institucional esta imbricación gestada tiene muchas implicancias que se manifestaron en esta experiencia del Taller desde distintos saberes integrados: lo que Es la extensión universitaria

presentado por Fernanda, los derechos humanos y su desarrollo en situaciones de encierro presentado por Hilda y por el grupo Yahá Porá, lo que es un Taller de Escritura Creativa presentado por Maia y la metodología pedagógica para la inmersión, presentada por Laura.

El equipo de inmersión quedó conformado por Cesar Rosental, Elvira Sorribes, Juan Pablo Barberán, Verónica Giuliano (de aquí en adelante Cesar, Elvi, Juan y Vero), quienes junto a Maia realizaron exploraciones en Círculos de Cultura y a partir de la propia vivencia participando en cada encuentro, definieron los roles y las consignas a desarrollar en cada taller que se realizó con frecuencia semanal durante cuatro meses. Esta conformación constituye una parte del nosotros que de aquí en más asume las voz de esta relatoría.

La otra parte nos esperaba en el Penal y estaba conformada por Yahá Porá, un grupo conformado por las personas que organizan y realizan actividades de la mano de Hilda. Tuvimos un primer encuentro en el taller donde realizan actividades y con ellos resolvimos realizar el taller los jueves, en la biblioteca del Penal, donde también nos esperaba Olga, su bibliotecaria que rápidamente se integró a la tarea.

Uno puede a priori pensar que cuatro meses yendo a la cárcel puede ser una experiencia difícil, oscura, atemorizante para la que necesitamos un alto grado de resiliencia. No fuimos ajenos a esta primera idea. Costaba llegar al edificio, entrar. Pero lo que pasaba adentro era otra cosa.

Dice Elvi: *Esta alegría siento casi siempre al salir de la cárcel, al concluir una mañana de escritura en el Penal. Me pregunto: ¿Qué, precisamente, es ésto que me permite sostenerme en este lugar? ¿qué me hace salir tan contenta? ¿qué me hace querer volver a entrar cada vez y lejos de sumirme en la “natural” tristeza y oscuridad que podría envolverme en una cárcel argentina, me conecta con la vida de este modo tan pleno? ¿Qué es lo que hace que al finalizar cada encuentro, las personas que están cumpliendo condena digan que se sienten alegres, felices y libres?*

Me fui maravillando con esta forma que va más allá de una construcción colectiva, que busca siempre trabajar con la parte luminosa de las personas, verificando en el proceso de este taller que se me ha hecho carne. Y que todos los que formaron parte, tanto de este precioso grupo de educadores biocéntricos, quienes concurren al taller dentro del penal, como todas aquellas personas que abrieron el camino desde lo institucional, lo han hecho POSIBLE.

Lo primero que aprendimos es que la cárcel no es diferente a otros lugares.

Dice Laura: *todos los lugares son simples y complejos. En la cárcel encontramos personas y un ambiente propicio para vincularnos y construir juntos. Eso nos trajo mucha alegría a todos. Ante realidades complejas elaboraciones complejas. Juntos fuimos produciendo puntos de sugerencias de Qué y Cómo hacer. Construimos el “sentido” del taller.*

Pero ¿qué es un taller de escritura?

Dice Maia: *la naturaleza del taller se devela en la convivencia de los participantes. Se dirime en el espacio que*

se configura entre la habilitación de la palabra propia y la accesibilidad a la literatura (a la tradición podríamos decir también, en oposición a esa voz nueva que se busca en el taller). Dicho de otro modo: entre la búsqueda de voces nuevas desde la palabra propia y el contacto (enriquecedor, no somos un ombligo del mundo que se nombra a sí mismo de la nada) con las voces de los demás como generadoras, a partir de textos literarios, imágenes y construcciones colectivas previas.



En este sentido “lo que se escribe en el taller” se aleja sustancialmente de la escritura formal, y, lamentablemente, de la mayoría de las prácticas de escritura en la escuela. Va y viene desde y hacia la literatura, desde y hacia la vida social, desde y hacia las vidas particulares de cada uno de nosotros.

Entre líneas amarronadas
 Encuentro el árbol de la vida
 Colores q renasen una bella imagen
 Una historia q gira como el caparason de un caracol
 Y al final todo brilla como un radiante sol
 Las estaciones giran entorno a el
 Y lo golpean con gran inpetud
 Pero jamas su tronco a de caer
 Ya q el amor a la vida q brota en el
 Es mas fuerte q cualquier adversidad
 q pueda haber / Matias

Con este ejemplo nos resulta más fácil abundar en la certeza que referia antes Maia.

Para explorar ese espacio, cada quien llega con un bagaje propio: vínculos con la palabra, pero no de la Palabra con mayúscula, sino del vínculo que establecimos con la palabra con minúscula, la nuestra, la de nuestra historia particular, por supuesto inmersa en la historia de la comunidad, a su vez como parte de la historia social y a la vez... así de complejo. La palabra llena de sentido personal y social, se pone a rodar en los talleres. A escribirse y a compartirse con quienes conforman el grupo. Los sentidos van y vienen desde los textos que se escriben y se comparten en voz alta inmediatamente después de ser escritos, a la literatura.

El grupo sabe del origen de ese texto que está siendo escrito, sabe de la consigna que lo possibilitó, sabe de la lectura que permitió entender la dificultad que se está transcurriendo, conoce la “voz” y capacidades del autor... Se sabe (de saber y de sabor, Barthes: Lección inaugural) y por eso se comprende y se disfruta.

Desde ese saber compartido las dificultades nos permiten ir ganando experticia (quien quiera profundizar en esto

remitirse a Vigotsky y su concepto de zona de desarrollo próximo y también a Bruner).

Veamos la secuencia que nos possibilitó la producción que transcribimos antes:

- 1) Imagen generadora “Otoño”
- 2) Palabras generadoras en el pizarrón
- 3) Con las palabras generadoras, los textos poéticos (ejemplo anterior).

Para construir esa escalera ascendente no hacemos listas de conceptos, no memorizamos teorías ni sometemos los escritos a clasificaciones. ¿Qué hacemos entonces? Escribimos, leemos, hablamos, volvemos a escribir, a leer, a hablar. Es un trabajo espiralado: circular sin regresar nunca al mismo punto.

¿Qué actividades realizamos previamente para que esto fuera posible?

-Escritura automática a partir de tacto de una rama con hojas verdes.

-Escritura de juegos infantiles

-Anagramas a partir del propio nombre

-Acrósticos a partir del nombre del taller (antes hubo que acordar cómo llamar al espacio)

-Escritura desde el olfato

-Indagación de personajes infantiles: Ogros, brujas, princesas y príncipes

-Versiones de cuentos tradicionales infantiles: Cenicienta

-Exploración de la palabra poética

Estas son algunas de las que fuimos encontrando, hubieran podido ser otras. Nos importaba que en el proceso se fuera conformando un banco de significados compartidos. Fuimos verificando que nos era posible ingresar en la profundidad de lo escrito por cada uno de los participantes porque fuimos siendo testigos y parte de ese armado. Hubo entonces y hay, lo sigue habiendo, un cuidado amoroso que nos asegura la confianza imprescindible para habilitar los “decires” que de a poco se van escribiendo desde una (o alguna) remota intimidad (una intimidad a la que yo mismo es posible que no haya accedido con anterioridad). Es entonces cuando estamos a pleno en el terreno de la habilitación: esta palabra se va abriendo paso desde dos movimientos complementarios: por un lado la contención compartida que el grupo despliega y por el otro la exploración, con el mismo grado de intimidad y cuidado, de cada uno con su escritura. Entre estos dos

movimientos la literatura funciona antes que nada como faro.

Resulta que cuando escribo me pasan muchas cosas: la palabra está atravesada de sentires. Y ahora este enunciado ya no es un discurso sino algo que vivimos, experimentamos en cada encuentro. Así es como vamos accediendo a textos cada vez más complejos: munidos de ese “modo de leer” que armamos grupalmente pero que no por eso elimina la singularidad sino que la potencia. Y nos permite la accesibilidad al intrincado y nutricio universo de la palabra literaria que funciona en este contexto como marco e invitación.

Como parte del proceso, seleccionamos y compartimos entre otros, la lectura del cuento literario “El viborón del río” de Graciela Montes y de la poesía “Mi canoa bananera” de Franklin Rúveda. Juan y Elvi (que no son profesores de lengua sino abogado y arquitecta respectivamente pero que tienen una profunda vinculación con la poética del chamamé) fueron quienes aportaron el material de poesía.

Entre un punto y otro vamos y venimos a través de textos que producimos desde consignas y lecturas. Exploraciones que se concretan en pequeñas marcas, fragmentos de un discurso que da cuenta de un vínculo de amor entre la palabra y nosotros, imposible de ser nombrado en su totalidad. Diferente y el mismo para cada uno de nosotros. Diferente y el mismo en el transcurrir del tiempo.

Laura agrega que en la metodología utilizada en este taller, los talleristas cocreamos con los demás: somos todos participantes. Fuimos construyendo en círculo las dinámicas a desarrollar en cada encuentro a partir del sentido personal que para cada participante tenía lo que íbamos haciendo juntos.

Romance del río largo

La estela es corta
El río largo
Me fui una tarde
Camino al sur
Tras la arboleda
Quedo mi pueblo
Soy camalote
Que florecio
Aunque los sauces
Se lamentaban
Seguí los barcos
Con ilusión
Busque riquezas
Quise trabajo
Me fui muy lejos
Buscándolo
Hasta que supe
Que la abundancia
Esta en mis playas
Que lo pario
Me traje el río
Que hoy me lleva
Hasta mi pueblo
Gracias a Dios / Juan Pablo

*Laura enmarca la propuesta del taller con los recursos de la metodología biocéntrica diciendo: **fuiimos de la vivencia al sentido personal descubriendo la capacidad de compartir entre todos: lo Que viví, lo Que aprendí y Qué sentido hace esto a mi vida. La metodología de los círculos de cultura, propuestos por la educación biocéntrica nos permitieron***

compartir y poner palabras también a ese recorrido.

Síntesis de círculos de cultura:

¿QUÉ ME TRAE? Me gusta el taller porque estoy aprendiendo a ordenar ideas, armar

frases/ Me gustaría escribir cuentos/ Vine a aprender. / Yo vengo para aprender y disfrutar de las charlas que se dan en él./ Me traen las ganas de compartir con gente nueva./ Para aprender, conocer, distraerme, divertirme y ayudar a otro./ Para aprender y compartir./ Participo porque quisiera escribir lo que muchas veces me cuesta decir y llenar un vacío.

¿CÓMO ME SIENTO? Satisfecho / Esperanzada / Alegre/ Contento, porque me pude expresar./

Reflexiones espontáneas./ Nos tratan como iguales./ Es más alegre que otras actividades./ No es tan grave la vida, grave ya es que estemos acá adentro (en referencia a la alegría que se generó)./ Con Dani que somos compañeros de celda, casi ni hablamos y acá sí conversamos.

¿QUÉ HAGO CON ESTO? ¿Qué hacemos con una experiencia exitosa?

La pregunta no es inocente. Nos bulle a todos cada vez que empezamos a pensar en

un proyecto de extensión como este. Sabemos que hay muchas experiencias exitosas de características parecidas al que estamos relatando. De hecho Maia fue parte de un programa de intervención con niños en contexto de encierro. Llegamos, logramos generar un grupo,

logramos que el grupo se apropie de la propuesta ¿y entonces qué? ¿Quedamos para siempre en situación de dependencia mutua en el mejor de los casos?

La posibilidad de trabajar desde la educación biocéntrica nos dio desde el principio

una herramienta fundamental: si el espacio lo hacemos entre todos, lo que hacemos de ese espacio también es una decisión de todos.

Claro que la primera respuesta a esa indagación fue la continuidad “que siga, y que siga exactamente igual a como es ahora”. Todos queríamos la continuidad pero ¿durante cuánto tiempo? Los que conformamos el grupo de intervención ¿cuánto tiempo podíamos sostener la presencia en el Penal que además depende también de permisos y acuerdos institucionales que nos exceden como personas? La continuidad de la que todos hablábamos ¿era la de nuestra presencia o la del espacio? Al espacio ¿lo conformábamos el nosotros del equipo de intervención o el nosotros del taller? No dejamos que las preguntas quedaran en la instancia personal. Trabajamos juntos en círculos de cultura durante los últimos tres encuentros: La síntesis del primero fue que todos somos parte y que la continuidad no dependía del equipo sino de la presencia en el espacio. En el segundo festejamos con un ritual de cosecha donde compartimos una carpeta con todas las producciones que quedó en la Biblioteca, definimos quiénes coordinarían en adelante y recuperamos entre todos las actividades que realizamos.

En el tercero cambiamos de roles. No hubo despedidas, todos estamos siendo parte

del taller. La tarea del equipo ahora es acompañarlos en la nueva definición de roles. Llegaron las vacaciones de julio.

El jueves 4 de agosto recibimos un mensaje que decía “Hola, estamos trabajando”.

Lo acompañaba una foto del interior de la biblioteca en donde están escribiendo. Están sonrientes. Los que no estamos en la foto también.

GUIA DE FACILITADORES Y DE CLASES

Facilitadores	Hora	Lugar	Teléfono	Email
Lunes				
Julio Marjovsky	19.30 hs	CABA / Almagro	15-3025-7773	julioamarjovsky@hotmail.com
Andrés Tocalini	19.30 hs.	CABA / Caballito	15-3017-1091	atocalini@gmail.com
Juan M. Romero - Jorge Blomberg	10.30 hs.	CABA / V. Devoto	15-3859-5545	jmrgluz@hotmail.com
Marta Sesma	19.30 hs.	CABA / Almagro	15-6293-4633	martasesma@yahoo.com.ar
Emilse I. Pola	20.15 hs.	CABA / Belgrano	15-5329-1268	polaemilseines@gmail.com
Nicolás López Meyer - Lucía Rocha	20 hs.	CABA / Colegiales	15-3278-8173	biodanzatierramia@hotmail.com
Martes				
Rosana Daniele	18 hs.	Córdoba / Río Cuarto	(0358) 5094-151	rosana.daniele@hotmail.com
Silvia Somaré	20.30 hs.	Córdoba / Río Cuarto	(0358) 4829-036	ssomare@gmail.com
Adriana Pendola	19 hs.	CABA / Pque. Centenario	15-5122-8994	adripen@fibertel.com.ar
Cecilia Barrios y Andrea Montaldo	19.30 hs.	CABA / Cañitas	15-6619-1000	andremontaldo@gmail.com
Ivana Fernandez Treviño	18 hs.	Bs. As. / Laprida	(02284) 15-654-616	biodanzaolavarria@yahoo.com.ar
Marina Preiss	15 hs.	Bs. As. / Ituzaingó	15-3002-3153	mariana.mamani51@gmail.com
Alicia Francisca - Pancha	20 hs.	Santa Fé / Rosario	(0341) 5012-538	pancha67@yahoo.com
Lilian Botaya y Graciela Fuksman	18.30 hs.	Bs. As. / San Miguel	15-5641-3807	lilianbotaya@hotmail.com
Josefina Terrén y More Fernandez	19.30 hs.	CABA / Colegiales	15-3086-0670	josefinaterren@gmail.com
Estela Piperno	20 hs.	Córdoba / V. Carlos Paz	(03541) 15-587-755	centroformacionvida@yahoo.com.ar
Román Mazzilli	20 hs.	CABA / Chacarita	15-6441-4408	campogrupal@gmail.com
Juan Manuel Romero	20 hs.	CABA / V. del Parque	15-3859-5545	jmrgluz@hotmail.com
Orlando Victor Gutiérrez	18 hs.	Bs. As. / Bahía Blanca	2916421451	ovgutierrez@hotmail.com
Norberto Lopez	20 hs	CABA / Almagro	15-5762-2756	norbertobiodanza@hotmail.com
Laura Del Piano	21 hs.	Chaco / Resistencia	(0379) 468-4710	lauradelpiano1@hotmail.com
Patricia Colina	19.30 hs.	Salta / Salta Capital	(0387) 505-3981	biodanzasalta@gmail.com
Silvana Correia	19.30 hs.	CABA / Villa Luro	15-6020-4528	silvanabiodanza@hotmail.com
Victor Beziner	13.30 hs	Santa Fé / S.F. Capital	(0343) 15-406-1719	vibeziner@hotmail.com.ar
Emilce Merlo	18 hs.	San Juan / S.J. Capital	(0264) 445-4282	efmc69@hotmail.com
Verónica Toro y Raúl Terrén	19.30 hs.	CABA / Palermo	15-4444-5423	secretaria@terrentoro.com
Ricardo Spreafico	19 hs.	CABA / Palermo	15-3678-4294	picasabiocentrica@gmail.com
Olga Martinez	19 hs.	Bs. As. / Monte Grande	15 4401-5904	olismart@gmail.com
Miércoles				
Adriana Pendola	15 hs.	CABA / Flores	15-5122-8994	adripen@fibertel.com.ar
Patricia Ghisio	20 hs.	CABA / Villa Urquiza	4522-7309	ghisiopatricia@gmail.com
Rosana Daniele	8.30hs.	Córdoba / Río Cuarto	(0358) 5094-151	rosana.daniele@hotmail.com
Darío Fatta	20 hs.	CABA / Floresta	15-3861-8821	dariofatta@hotmail.com
Andrea Montaldo	19.15 hs.	Bs. As. / San Pedro	15-5316-6343	andremontaldo@gmail.com
Liliana López	19.30 hs	Bs. As. / Marcos Paz	15-5175-7903	amuyen@yahoo.com.ar
Queca Sara Barnatan	19.30 hs.	CABA / Belgrano	15-5629-8152	quecawayranuna@gmail.com
Paula Cataldi	20 hs.	Córdoba / V. Carlos Paz	(03541) 15-587-763	centroformacionvida@yahoo.com.ar
Sol Toro y Franco Luciani	19.30 hs.	CABA / Chacarita	15-3602-1704	tuvidaestaentusmanos@gmail.com
Jimena Martínez y Joselina Carli	19.30 hs.	Bs. As. / Ing Maschwitz	11-6153-5338	jimemar33@hotmail.com
Rodrigo García y Hannah Szmukler	19 hs.	CABA / Colegiales	15-4098-6774	biodanzapasionaria@gmail.com
Patricia Colina	19.15 hs.	Salta / Salta Capital	(0387) 505-3981	biodanzasalta@gmail.com
Betina Galante	17.45 hs.	CABA / Almagro	15-5620-0332	betinagalante@yahoo.com.ar
Mónica Souto	19.30 hs.	Bs. As. / Lincoln	(02355) 431-944	monidanza@hotmail.com
Tito Spátola y Marcela Enriquez	20 hs.	CABA / Almagro	15-5978-9536	titospatola@yahoo.com.ar
Norberto Lopez	20 hs	CABA / Almagro	15-5762-2756	norbertobiodanza@hotmail.com
Laura del Piano	20.30 hs.	Corrientes / Capital	(0379) 468-4710	lauradelpiano1@hotmail.com

Cesar Rosental	17 hs.	Chaco / Resistencia	(0379) 459-3762	cesarhugor@hotmail.com
Emilse I. Pola	20.15 hs.	CABA / Belgrano	15-5329-1268	polaemilseines@gmail.com
Lilian Botaya	18.30 hs.	Bs. As. / Muñiz	15-3159-0294	lilianbotaya@hotmail.com
Verónica Toro y Raúl Terrén	19.30 hs.	CABA / Palermo	15-4444-5423	secretaria@terrentoro.com
Leandra Bonofiglio	20 hs.	Santa Fé / Rosario	(0341) 15-547-3886	leabonofiglio@hotmail.com
Emilce Merlo	18.30 hs.	San Juan / S.J. Capital	(264) 445-4282	efmc69@hotmail.com
Ana María Romero	18 hs.	Bs. As. / Morón	15-563-5269	anamariarome@gmail.com
Verónica Ditsch . Pablo Terrén	20 hs.	Bs. As. / Vicente Lopez	15 3230-5971	veronica_dich@hotmail.com
Marita Saenz	19 hs.	Bs. As. / Adrogué	15 5663-2191	maritasaenz@hotmail.com

Jueves

Cesar Rosental	18 hs.	Corrientes / Capital	(0379) 459-3762	cesarhugor@hotmail.com
Pablo Galimberti	18 hs.	Córdoba / Río Cuarto	(0358) 5094-117	pablo.daniel.galimberti@gmail.com
Ivana Fernandez Treviño	20 hs.	Bs. As. / Olavarría	(02284) 15-654-616	biodanzaolavarría@yahoo.com.ar
Cony Bisio	10 hs.	CABA / Palermo	15-4162-3851	picasabiocentrica@gmail.com
Josefina Terrén y More Fernandez	19.30 hs.	CABA / Colegiales	15-3086-0670	josefinaterren@gmail.com
Carolina Bentham-Marcelo Surano	19.30 hs.	CABA / Almagro	15-5639-5730	caro0707@yahoo.com
Estela Gariboglio	20.30 hs.	Entre Ríos / Paraná	(0343) 15-516-3937	Fb: Estela Gariboglio
Susy Guerrero y Raquel Zarate	17 hs.	CABA / Almagro	15-3010-4495	sguerrero@fibertel.com.ar
Ricardo Canicoba y Katy Rocca	19 hs.	Bs. As. / Mar del Plata	(0223) 15-498-0477	ricardocanicoba@hotmail.com
Ana Trabucco	19.45 hs.	Bs. As. / Vte. López	15-4493-8636	anatrabucco@gmail.com
Rosa Furman	20 hs.	CABA / Villa del Parque	15-4062-5633	rosafurman@gmail.com
Pablo Terrén y Laura Rigacci	19 hs.	Bs. As. / S.A. de Areco	(02325) 15 4-78497	pabloterren@hotmail.com
Agustín Terrén y Fernanda Molina	18.30 hs.	Bs. As. / Luján	(02326) 15 433752	agustinterren@yahoo.com.ar
Tito Spátola y M. Eugenia Coolican	19.30 hs.	CABA / Chacarita	15-5978-9536	titospatola@yahoo.com.ar
Ricardo Spreafico	20 hs.	CABA / Palermo	15-3678-4294	picasabiocentrica@gmail.com
Ana María Vitale	20 hs.	CABA / Villa Devoto	15-5619-9341	anamvitale@uolsinectis.com.ar

Viernes

Román Mazzilli	20 hs.	CABA / Chacarita	15-6441-4408	campogrupal@gmail.com
Marcelo Surano y Marcela Ramos	19.30 hs.	CABA / Almagro	15-5639-5730	biodanzaintegradora@gmail.com
Lelia Raquel Bassarsky	19.30 hs.	CABA / Almagro	15-5925-3271	leliabass@hotmail.com
Graciela Grisanzio	19.30 hs.	Bs. As. / Ciudad Evita	15-5185-2207	gragris@yahoo.com.ar
Luis Zungri	17 hs.	Bs. As. / Avellaneda	15-3177-5399	luisluis129@yahoo.com.ar
Leandra Bonofiglio	20 hs.	Santa Fé / Rosario	(0341) 15-547-3886	leabonofiglio@hotmail.com
Mariela Calivar	18 hs.	San Juan / S.J. Capital	(0264) 457-9400	mariela74@gmail.com
Ismael Blanco	20 hs.	Bs As / Ramos Mejía	15-5156-5195	blancojoseismael@gmail.com
Lucía Rocha	10 hs.	CABA / Chacarita	15-3278-8173	biodanzatierramia@hotmail.com

Sábado

Rosa Furman	15 hs.	Viedma	15-4062-5633	rosafurman@gmail.com
Marta Sesma	14 hs.	CABA / Caballito Norte	15-6293-4633	martasesma@yahoo.com.ar

Jóvenes

VIERNES				
Juan M. Romero - Jorge Blomberg	10.30 hs.	CABA / V. Devoto	15-3859-5545	jmrgluz@hotmail.com

Niños

MIERCOLES				
Daniela Quintero	18 hs.	Córdoba / V. Carlos Paz	(03541) 15-579-201	quinteda_73@hotmail.com

Si podría decirte lo que se siente, no valdría la pena bailar lo.

Isadora Duncan



TIGRE

tiene Biodanza

**SI LLEGAS A TIGRE
LLEGAS A UNA COMUNIDAD**
Ya somos más de un centenar de danzantes

**Escuela de Biodanza Tigre
Formación de Facilitadores**

info: 15 56 66 62 96

**Grupos Regulares
de Lunes a Sábados**

TIGRE

India 15 6360 7440
Verónica 15 4497 5032
Carlos 15 5666 6296

SAN ISIDRO

Aluminé 15-5592 4044
Javier 15 2469 6261

SAN FERNANDO

Javier 15 2469 6261

NORDELTA

Santiago 15 30028759



Fb: Tigretienebiodanza



Escuela de Biodanza

Abasto
de Buenos Aires

**DESARROLLO
PERSONAL**

Grupos semanales
Seminarios Vivenciales

**FORMACION
PROFESIONAL**

Profesorado de Biodanza

*Te invitamos a unirte
a nuestros grupos*

Prof.

**Norberto R.
López Boemi**

4431.1154

15.5762.2756

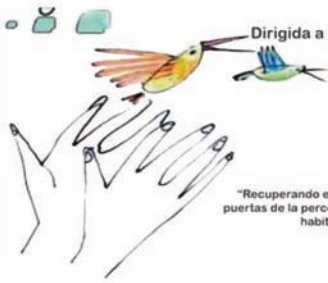
norbertobiodanza@hotmail.com

www.escuelabiodanza.com



Formación en Masaje Vivencial Biocéntrico

Certificada por IBF
Dirigida a facilitadores de biodanza



"Recuperando el ritual del masaje abrimos las puertas de la percepción para recordar que somos habitantes del paraíso."

Semana Santa 2017 Escuela de Biodanza de Santa Fe

Brindaremos elementos metodológicos para facilitar talleres desde tres posibilidades: -Lineas de vivencia

- Cuatro elementos
- Anillos de tensión (Reich)

f Victor Beziner y Estela Gariboglio
Didactas y Directores
Formadores en Técnica de Masaje Chino Tui-Na



BIODANZA en Lincoln

TALLERES
a grupos particulares,
en escuelas, familias,
equipos de trabajo,
para niños/as
y adolescentes



Biodanza - Educación Biocéntrica

PROF. MÓNICA SOUTO - PBA N°1043

Especialización en Niñez, Adolescencia,
Adultos Mayores y en Violencia Intrafamiliar
Formación en Educación Biocéntrica
Operadora Comunitaria



Sistema Rolando Toro
Web: www.biodanza.org

Tel. 02355-431944 / 15642169
Mail: monidanza@hotmail.com
Facebook: Monica Maria Souto

Jueves de Biodanza 19.50 hs.

Movimientos de renovación orgánica y reeducación afectiva

Especializaciones en:
Proyecto Minotauro
Identidad y 4 elementos
Biodanza y arquetipos

Biodanza para niños. Biodanza acuática
Masculinidad y femineidad profundas
Biodanza sobre vínculos y relaciones
y próximamente Biodanza clínica y social

Billinghamurst 459 CABA · 15-5639-5730 · marcelosurano@yahoo.com.ar
Carolina Bentham y Marcelo Surano. Profesores Didactas - IBF Sistema Rolando Toro

seguimos danzando
Los arcanos del Tarot



DESDE MAR DEL PLATA
VIAJAMOS A CUALQUIER
PUNTO DEL PAIS

Tel. (0223)
479-9716
Nextel: 128 * 3806

Candelaria 2121 - Mar del Plata

www.canicobaeventos.com.ar

CARPAS PARA FIESTAS



ALQUILER Y VENTA

Baños Portátiles



Obradores Móviles
Cabinas de Vigilancia



EN OLAVARRIA
formamos
facilitadores
de Biodanza





DIRECTORA
Ivana Fernández Treviño

INSCRIPCIÓN ABIERTA
☎ 02284 15-654616
☎ 02284 428152
👤 Ivana Fernandez Treviño
✉ biodanzaolavarria@yahoo.com.ar
🌐 biodanzaolavarria.com.ar

Clases regulares: **Olavarría: jueves, 20 hs**
Laprida: martes, 19 hs

centro
biodanza
escuela
biocéntrica






ESCUELA DE BIODANZA
EN BAHIA BLANCA *"Todos somos uno"*

Si querés formarte como
facilitador en biodanza
Escuela en Bahía Blanca

GRUPO SEMANAL
Viernes 19 hs.
Darregueira 648

directora **Ana Maria Romero**
Facilitadora y didacta medica especialista en a.t.p.

PARA MAS INFO 0291.4403246
biodanzaescuelabahiablanca@gmail.com

BIODANZA

- "El tiempo de la danza es nuestra realidad
y el sentido del mundo se vuelve flor." Rolando Toro

Jueves 19.30 hs en Chacarita
Grupo inicial
Facilita José Antonio (Tito) Spátola
María Eugenia Coolican (fft)

Miércoles 20 hs en Almagro
Grupo de profundización
Facilitan José Antonio Spátola
y Marcela Enriquez (fft)





Fb: Biodanza Tito
011-5978-9536
titospatola@yahoo.com.ar

Fb: Marcela Enriquez
011-6442-3504
emache@hotmail.com

BIODANZA EN EL PARQUE

Parque Leloir, Ituzaingo

MARINA PREISS

Médica U.B.A.
Facilitadora de Biodanza
Didacta



Viviencias semanales
en Parque Leloir y
mensuales en Chivilcoy

*De aquel amor que es música ligera,
nada nos libra, nada más queda. G. Cerati*

Tel: 11-4481-0809 / 11-3002-3153
mariana.mamani51@gmail.com

BIODANZA

Con Lucía y Nicolás

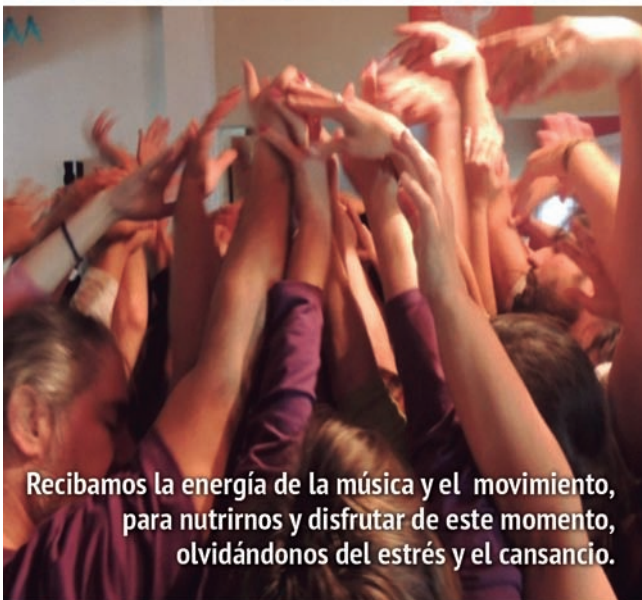
GRUPOS REGULARES

Lunes de 20 a 22:30 hs. Colegiales
Viernes de 10 a 12 hs. Chacarita

FB: Biodanza poesía en movimiento
biodanzatierramia@hotmail.com

TALLER de BIODANZA

Encontrarnos para danzar la vida



Recibamos la energía de la música y el movimiento,
para nutrirnos y disfrutar de este momento,
olvidándonos del estrés y el cansancio.

Los invitamos los Jueves a las 20 hs.
en el Centro Cultural Campana

Campana 2780 - Villa del Parque
4501.9202 154.062.5633 Facilitadora Rosa Furman



Viajar

una buena opción para
ponerle alas a tus sueños

viajes nacionales e internacionales
salidas grupales viajes a medida



Marcela Enriquez



marcela@atg-evt.com.ar
4813-9763 www.atg-evt.com.ar

BIODANZA

En Barrancas de Belgrano

Clases Regulares
Miércoles 19 a 21.30hs
Salón Antártica



"Rescatar lo Sagrado es volver al Origen..."

Primer Libro de Neochamanismo en Biodanza

Arte Ritual desde las Culturas Iniciáticas

Queca Sara Barnatán

Prof. Didacta de Biodanza
Terapeuta Transpersonal
Sacerdotisa Maya
Facilita Extensión de Neochamanismo en Biodanza (IBF)

quecawayranuna@gmail.com
facebook/wayranunabiodanza
Tel: 54911 - 5629 - 8152



Disponible en versión Impresa y Digital



Biodanza

Sistema Rolando Toro

Ahora sino cuando

Música - Movimiento - Emoción

CLASES SEMANALES

... MARTES 20 hs. ...
Beiró 3178 · Ciudad de Bs. As.

facilitador

JUAN MANUEL ROMERO

matrícula IBF N° 0626

4501-3006

15-3859-5545

jmrgluz@hotmail.com

Fb: Juan Manuel Romero



Un camino de desarrollo personal...

Una posibilidad de vivir en armonía con lo que somos...

Música, movimiento y encuentros que despiertan potenciales dormidos...

BIODANZA

Grupo Regular: Martes 19:30 hs.
(Zona Cañitas / Palermo, CABA)

Facilitan:

Andrea Montaldo y Cecilia Barrios

(Escuela de Biodanza de la Ciudad de Buenos Aires)



BIODANZA INTEGRADORA

Te invitamos a despertar tu **conexión vital** cultivando el disfrute, la alegría, el **movimiento pleno de sentido**

Viernes 19.30 hs – Tucumán y S. de Bustamante

PRIMER CLASE SIN CARGO

Facilitan:

Marcela Ramos ☎ 11-3561-4497 - Marcelo Surano ☎ 11-5639-5730

biodanzaintegradora@gmail.com

Andrea: 11 5316 6343 - Cecilia: 11 6619 1000
andremontaldo@gmail.com - cecibarríos76@gmail.com



Escuela de Biodanza de Buenos Aires

DIRECTORES: Verónica Toro y Raúl Terrén

FORMACIÓN DE FACILITADOR DE BIODANZA Sistema Rolando Toro

Renovación existencial - Ética del encuentro - Integración del movimiento
Sensibilidad musical - Expresión de las emociones - Poética de la palabra

(Un fin de semana por mes en convivencia, durante 3 años)

Quinta Biodanza. Dique Luján - Partido de Tigre, Buenos Aires

« MARZO 2018 » INICIA NUEVO CICLO

VIVENCIAS SEMANALES

Martes y Miércoles 19.30 hs - Armenia y Av. Córdoba / Capital Federal

INFORMACIONES E INSCRIPCIONES:

Escuela, talleres y cursos

HANNAH SZMUKLER | 15-5095-6450 | formacion@terrentoro.com

Clases semanales

JONATHAN CARBALLO | 15-4444-5423 | secretaria@terrentoro.com

Verónica Toro | 15-583-00925

FORMACIÓN

2016/17

» Biodanza y Educación Biocéntrica para niños y jóvenes

DESTINADA A: Facilitadores titulares o egresados en fase de titulación con la autorización de su escuela.

1° MÓDULO

Biodanza para niños y jóvenes

11, 12 y 13 de Noviembre de 2016

DIDACTA: Alejandro Balbi Toro

2° MÓDULO

Educación Biocéntrica para niños y jóvenes

26, 27 y 28 de mayo 2017.

DIDACTA: Ricardo Spreafico

Colaboradores: Lucía Bottaro y Franco Luciani

Didacta invitado: Cezar Wagner de Lima Gois

DE VIERNES A LAS 10 HS. A DOMINGO A LAS 19 HS.

CONTACTO: formacion@terrentoro.com